

EL APRENDIZAJE COOPERATIVO COMO METODOLOGÍA DE TRABAJO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PROFA. LORENIA HERNÁNDEZ FERNÁNDEZ
PROF. OSCAR MANUEL MADERO VALENCIA



“PARA TI, MAESTRO, QUE ERES CAPAZ DE CREAR ESTE ESCENARIO”
“2008: AÑO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE”

EL APRENDIZAJE COOPERATIVO COMO METODOLOGÍA DE TRABAJO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PROFA. LORENIA HERNÁNDEZ FERNÁNDEZ
PROF. ÓSCAR MANUEL MADERO VALENCIA

(R) El aprendizaje cooperativo como metodología de trabajo en educación física
PRIMERA EDICIÓN DICIEMBRE 2007

Profa. Lorenia Hernández Fernández
Prof. Óscar Manuel Madero Valencia

Diseño de portada: Emmanuel Ávalos Ríos
Compu Edición: Emmanuel Ávalos Ríos

Impreso en México
Printed in Mexico

TALLERES GRÁFICOS
DE LA SECCIÓN 54 DEL S.N.T.E.
“Profr. Francisco Félix Bernal”
correo electrónico: seccion54@hotmail.com
Obregón 64 Col. Centro
Hermosillo, Sonora, Mex.

AGRADECIMIENTOS:

Nuestro agradecimiento a Dios; orquestador de la vida y de las oportunidades. A nuestra familia, a todos, absolutamente a todos porque sentimos y sabemos que creen en nosotros. A Itzel María e Irving en especial por producir la energía inagotable de nuestras vidas. Al magisterio porque después de Dios es el mejor oficio del mundo. A quienes que con su ejemplo nos enseñaron lo importante que es compartir y fortalecer nuestros compromisos con la Educación Física: Carlos Velázquez Callado, Jorge Díaz Otañez y Manuel Guerrero Zainos.

A la Sección 54 del S.N.T.E, por el espacio y el apoyo otorgado, muy en especial a Emmanuel y Carlos, por ese toque tan majestuoso, serio y sencillo a nuestro libro. A la Esc. Normal de Educación Física “Emilio Miramontes Nájera” por todo lo que ha formado. A nuestros hermanos profesionales y comprometidos pero sobre todo dignos profesores de Educación Física. A la Dirección de Educación Física, a todos nuestros amigos por el apoyo incondicional que siempre hemos recibido de ellos.

A todos los niños y jóvenes que son el motor que mueve nuestra digna materia.

A todos muchas gracias...

Lorenia y Manolo

	<i>Página</i>
PROLOGO	9
INTRODUCCIÓN	13
APOYO TEÓRICO	
CAPÍTULO I.	
ANTECEDENTES DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	
• La cooperación en la historia	21
• El aprendizaje cooperativo en la educación	22
• El aprendizaje cooperativo en la Educación Física	24
CAPÍTULO II.	
COOPERACIÓN EN LA PRÁCTICA EDUCATIVA	
• Introducción al aprendizaje cooperativo	29
• La cooperación en la Educación Física	35
• Valores y actitudes que se promueven con la cooperación en las sesiones de Educación Física	37
• Buscando solución a situaciones conflictivas a través de la cooperación	45
• Características específicas del conflicto en Educación Física	47
• Tipos de conflictos	49
• Diferentes formas con las que se pueden abordar los conflictos en las sesiones de Educación Física	49
• Pasos para abordar los conflictos	52
• Componentes esenciales del aprendizaje cooperativo	56
• Los juegos cooperativos	58
- Elementos esenciales para que el juego cooperativo sea satisfactorio	59
- Características de los juegos cooperativos	60

• Actividades físicas cooperativas	61
• Clasificación de las actividades físicas no competitivas	62
• Estructuras de aprendizaje cooperativo	63
• Desafíos físicos cooperativos	64

APOYO PRÁCTICO

• Actividades físicas cooperativas	69
• Desafíos físicos cooperativos	87
• Dinámicas cooperativas	119
• Estructuras de aprendizaje cooperativo	163
• Juegos Cooperativos	171
 • Bibliografía	 221

Hoy en día, la Educación Física se encuentra en la búsqueda de un proceso de confirmación didáctica y social que verdaderamente la consolide como una prioridad, junto con las principales asignaturas utilizadas en el aprendizaje y adquisición de las bases formativas, educativas y sociales, que complementan, junto con las propias experiencias, los conocimientos más elementales que educan para la vida.

Sí continuamos poniendo la Educación Física como un cimiento deportivo solamente, quizá sea un hecho que seguiremos formando ganadores, pero también lo es, que en muchos niños continuaremos provocando una mentalidad perdedora. Es precisamente este debate el que nos invitó a revisar y buscar otras formas didácticas que nos permitieran trabajar la misma Educación Física, pero disminuyendo el factor competencia, que muchas de las veces, genera en edades tempranas, antivalores hasta cierto punto peligrosos, como la arrogancia y la soberbia.

Por ello, decidimos buscar forta-

lecer un aspecto muy importante que desde nuestro punto de vista, debiéramos priorizar antes de la búsqueda de objetivos de desarrollo físico encaminados al predeporte o al deporte en sí, como lo es el factor social o colectivo que fomente, antes que la competencia, valores universales tales como el respeto a sí mismo y al entorno, la tolerancia, la generosidad, la alegría, la paz, la autoestima, la responsabilidad, la solidaridad, la libertad, la salud, la competencia motriz, la creatividad motriz, la cooperación y el diálogo, que muy bien pudieran ser requisitos sociales para la formación de ideologías competitivas en cualquier ámbito: social, deportivo, escolar, empresarial y hasta en lo familiar.

De esta manera privilegiaríamos la convivencia, la paz social, el sentido de pertenencia y la colectividad, generando un proceso de formación hacia la competencia, aprendiendo primero, a

“Sí continuamos poniendo la Educación Física como un crecimiento deportivo solamente, quizá sea un hecho que seguiremos formando ganadores, pero también lo es, que en muchos niños continuaremos provocando una mentalidad perdedora.”

trabajar en equipos, pasando después por ser competitivo y comprometido con uno mismo para los demás y poder madurar la idea de ser competitivos para destacar personalmente en lo individual o en lo colectivo.

Por lo anterior, nos atrevemos a recomendar como una probada alternativa didáctica la Metodología Cooperativa.

Este material, lo consideramos muy útil para la labor diaria en la docencia. Saber que con nuestro trabajo podemos aportar más al mejoramiento de la calidad de las relaciones en nuestra sociedad, es muy gratificante, poder promover los valores y actitudes positivas en los alumnos desde nuestra área de trabajo, realmente es reconfortante como también lo es contribuir con nuestros aportes a mejorar este mundo tan complejo y cambiante.

Con el Programa de Fortalecimiento

Académico a las Escuelas Normales, en el Plan de Estudios de la Licenciatura en Educación Física 2002, se propone la metodología cooperativa en las sesiones de Educación Física, como un recurso innovador que ha sido utilizado en otros países, a partir de los años noventas.

Es cuestión de animarse, de intentar cambiar nuestro sistema de trabajo, lo cual no indica que no hayamos logrado los propósitos en nuestras clases, pero los resultados en donde ha sido utilizada esta metodología, ha provocado cambios positivos en las actitudes de los alumnos, generando así, resultados en la promoción de valores.

Bien vale la pena dejar de lado la competencia, la cual en muchas ocasiones ha creado revanchismos en nuestros alumnos, frustraciones en quienes se sienten menos hábiles y diferencias entre sexos, etnias y capacidades. Apostarle a que nuestras sesiones sean más solidarias,

cooperativas y conciliadoras, es apostarle a un ambiente escolar favorable, con mayores alcances sociales.

De esta manera, presentamos el libro “El Aprendizaje Cooperativo como metodología de trabajo en Educación Física”. La decisión la tomamos nosotros como docentes; podemos seguir como hasta ahora, ocupados en la Educación

Física tradicional, sin generar cambios verdaderamente profundos en la conducta y en las vidas de nuestros alumnos, prefiriendo gastar nuestro esfuerzo en una corta producción con fines deportivos o bien, invertir conscientemente nuestras capacidades en la formación de futuros ciudadanos con carácter social, más preparados y educados para la vida.

**Profa. Lorenia
Hernández Fernandez**

**Prof. Oscar Manuel
Madero Valencia**

El presente libro se divide en dos partes, en la primera se presenta el apoyo teórico que hace posible sugerir el Aprendizaje Cooperativo como metodología de trabajo en Educación Física, en la segunda se ofrece un apoyo práctico de los elementos que hacen posible poner en práctica el Aprendizaje Cooperativo en las sesiones diarias de Educación Física.

El apoyo teórico está compuesto de dos capítulos en los que se da un panorama de lo que ha sido la cooperación a través de la historia; y el apoyo práctico está integrado por: actividades, desafíos, dinámicas, juegos y estructuras físicas de aprendizaje cooperativo.

En el primer capítulo se mencionan los antecedentes de la cooperación en la humanidad. Orlick (1990) realizó investigaciones entre comunidades indígenas, destacando el trabajo cooperativo. Así mismo Pérez (1997) en su obra pondera que en la cultura indígena la colaboración y el trabajo



grupal juegan un papel importante.

En el subtítulo “El aprendizaje cooperativo en la educación”, se demuestra el por qué se hace necesario introducir la cooperación en la educación y de acuerdo a Schmelkes (1995) “las necesidades sociales de los alumnos tienen que ver con la convivencia con el otro y con otros, la de lograr una convivencia sana, provechosa y constructiva”. También, Namo de Mello (1990), hace referencia que si el proceso de enseñar y aprender fuera bien realizado, inevitablemente se llevaría a la formación de valores.

En el subtítulo “El aprendizaje cooperativo en la Educación Física”, se aborda la problemática que se presenta

en la materia, la cual surgió de acuerdo a las investigaciones que se realizaron en el Programa para la Transformación y el Fortalecimiento Académico de las Escuelas Normales (SEP, 2002), que dieron como resultado que los docentes de Educación Física recurren, en la mayoría de los casos, a desarrollar actividades de carácter competitivo, lo que provoca la participación de los alumnos más hábiles, dejando de lado al resto del grupo desatendido y descuidado, provocando antipatía y rechazo por la materia.

Con el uso del aprendizaje cooperativo como metodología en Educación Física, se intenta promover la integración en todos los alumnos de un grupo sin importar sexo, religión, raza, etc. Se pretende también elevar la autoestima, lograr un verdadero trabajo en grupo así como la integración en el mismo. Con esta metodología se despierta el gusto y el interés por la actividad física, la responsabilidad de formar parte de un grupo o equipo, también se demuestra que un juego puede ser divertido a pesar de no ser competitivo, se valoran los logros del

proceso, más no el resultado y se crean ambientes agradables y positivos en las sesiones de Educación Física.

En el capítulo II “Cooperación en la práctica educativa”, en el primer subtítulo “Introducción a la cooperación educativa”, Rué (1998) enfatiza la necesidad de favorecer la acción interpersonal en el trabajo en equipo, refiriéndose a Vigotsky como el primer teórico que destacó el carácter social del aprendizaje, Ferreiro y Calderón (2001), ponderan el trabajo en equipo y fundamentan el aprendizaje cooperativo en la teoría de Vigotsky, “Zona de Desarrollo Próximo o Potencial”.



Vigotsky

Vigotsky (1978), en su teoría sociocultural sustenta la metodología cooperativa y afirmó que todas las funciones mentales superiores se originan en el medio social. La teoría explica la Zona de Desarrollo Próximo, en la cual se habla de la actividad colectiva y define que la zona de desarrollo próximo es la diferencia entre las actividades que realiza el niño limitado por sus propias fuerzas y las que realiza cuando es apoyado por otras personas.

García Ponce (s/f C 079 Estrategias de Integración http://perso.wanadoo.es/angel.saez/c079_estrategias_integración) se refiere a los métodos cooperativos como estrategias de aprendizaje que motivan a los estudiantes a trabajar juntos, basándose en la interacción con sus compañeros.

Cruz Guillot (1997), enfatiza el aprendizaje cooperativo como el enfoque instruccional centrado en el estudiante, la autora nombra componentes esenciales a las condiciones óptimas que se deben dar para que se realicen los esfuerzos cooperativos por parte de los alumnos, así mismo, clasifica cuatro tipos de aprendizaje cooperativo: convencional, informal, grupo de base



cooperativa y estructuras cooperativas; también enumera algunas habilidades cooperativas.

Continuando con el capítulo II denominado “Cooperación en la práctica educativa” en el subtítulo “La Cooperación en la Educación Física”, se traslada el aprendizaje cooperativo fuera del salón de clases, a las canchas de la escuela, al espacio al que corresponde la Educación Física. Aquí se da inicio con Omeñaca y Ruiz (1999), quienes se refieren al estudio profundo acerca de cómo mediante la cooperación en la Educación Física se aborda también

la educación en valores; estos autores especifican los tipos de conflictos que se suscitan en las sesiones de Educación Física y la manera de solucionarlos utilizando la metodología cooperativa, y el papel que debe desempeñar el educador físico ante estas situaciones.

La Cooperación en la Educación Física se conforma de recursos importantes como los juegos, las actividades físicas, las estructuras de aprendizaje cooperativo y los desafíos cooperativos. Méndez, Piri y Hernández (2004) definen los juegos cooperativos como actividades lúdicas las cuales demandan a los jugadores una forma de actuación orientada hacia grupos donde todos colaboren.

Un referente obligatorio en lo que respecta a juego cooperativo es Terry Orlick, quien enumera las características básicas de las actividades lúdicas. Giraldo (2005), menciona que los juegos cooperativos son una excelente herramienta de comunicación. Omeñaca y Ruiz (1999), consideraron que el juego cooperativo no es suficiente para explorar y desarrollar todas las posibilidades de movimiento, entonces

fue que surgieron las actividades físicas cooperativas.

Sin duda el autor Velázquez Callado (2004), es quien propone las actividades físicas cooperativas, enumerando los beneficios en el uso de estas actividades, también una clasificación de las actividades físicas no competitivas de acuerdo al tipo de interrelaciones que se establecen entre los participantes: Actividades no competitivas con oposición y actividades cooperativas.

En lo relativo a estructuras de aprendizaje cooperativo, Velázquez Callado (2004), las define como el conjunto de acciones y decisiones que el docente toma en referencia al quehacer educativo.

Como algo novedoso para la Educación Física encontramos los desafíos físicos cooperativos a los cuales Velázquez Callado (2006) se refiere como el conjunto de actividades presentadas en forma de reto colectivo.

En lo que se refiere al apoyo práctico se presenta una recopilación propia y de varios autores de juegos, actividades, estructuras de aprendizaje cooperativo, desafíos y dinámicas.

En este libro el aprendizaje cooperativo se muestra como una alternativa que busque como finalidad que los docentes pongan en práctica los conocimientos básicos de esta modalidad de enseñanza y utilizarlo como un medio más, poder experimentar un proceso de transformación y que su práctica docente sea más participativa, integradora, solidaria y cooperativa.

“La Cooperación en la Educación Física se conforma de recursos importantes como los juegos, las actividades físicas, las estructuras de aprendizaje cooperativo y los desafíos cooperativos.”



PRIMERA PARTE APOYO TEÓRICO

*Capítulo I: Antecedentes del
aprendizaje cooperativo*

*Capítulo II: Cooperación en la
práctica educativa*



ANTECEDENTES DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

LA COOPERACIÓN EN LA HISTORIA

Antes de profundizar en el papel que juega la cooperación en la educación, se analizará cómo se dio ésta en los inicios del hombre y cómo ha sido clave para la evolución del mismo.

Según Orlick (1990), Darwin sostenía que la inteligencia, el sentido moral y la cooperación de los seres humanos eran los valores más importantes de nuestra especie. Desde las primeras civilizaciones el hombre se vio forzado a trabajar de manera colectiva para poder lograr satisfacer sus necesidades de comer, vestirse y sobrevivir en el medio que vivía. Gracias a esto pudo edificar enormes construcciones como las Pirámides de Egipto que además de ser una de las maravillas del mundo son el reflejo de un trabajo colectivo armónico

y muy bien organizado. En el antiguo estado egipcio la severa coordinación de los esfuerzos económicos y físicos de toda la población era garantía para cada uno de los miembros de la comunidad de alcanzar el más alto poder de prosperidad.



pirámides de egipto.

Orlick, da otro ejemplo claro del nivel que ocupa la cooperación dentro de las formas de vida como el de la antropóloga Margaret Mead, investigadora de sociedades indígenas quien señala que el comportamiento competitivo o cooperativo entre los indígenas está condicionado por el énfasis de las estructuras dentro de esa sociedad; los ideales y las metas que persiguen los individuos así como los medios para alcanzarlos se determinan culturalmente; el individuo no es competitivo por naturaleza, aprende socialmente, comportamientos competitivos o cooperativos.

Orlick (1997), ha investigado en diversas comunidades indígenas no sólo el valor de la cooperación, sino como se ve reflejada en los juegos tradicionales de esas culturas. En la sociedad de Hanahan en Padua Nueva Guinea, no hay significado para la palabra ganar, el ganar o perder no existen en su vocabulario. Cuando la gente hace algo bien, se le reconoce el desarrollo de la destreza y si no lo puede hacer, alguien lo ayuda. En las Islas Filipinas, entre ciertas culturas indígenas los jóvenes no comprendían el baloncesto que se

practicaba en las escuelas, ya que al momento de que la defensa intentaba quitarles el balón, ellos se lo entregaban sin oposición alguna.

Pérez (1997), menciona que según un informe de las Islas Cook en el Pacífico Sur, los valores en la cultura indígena van mucho más allá que la fabricación de artesanía, leyendas, música y danza. La cultura es su modo de vivir, incluyendo valores tradicionales de lealtad grupal, colaboración y generosidad así como los patrones de relación interpersonal que contribuyen a la cooperación, al trabajo grupal eficaz.

EL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN LA EDUCACIÓN

Varios autores e investigadores exponen las necesidades de los jóvenes y



niños de esta nueva era, principalmente las de carácter social. Tal es el caso de Schmelkes (1995), quien explica las necesidades sociales de los alumnos, las cuales tienen que ver con la convivencia con el otro y con otros, la de lograr una convivencia sana, provechosa y constructiva.

Continuando con Schmelkes, atribuye que el ser humano requiere entre otras cosas comunicarse y que en la escuela se puede proporcionar al alumno esta competencia, también se le deben facilitar los elementos para que pueda entender y valorar la diversidad así como para que comprenda que el respeto al otro es valor fundamental para toda convivencia, inclusive las situaciones conflictivas como enfrentar problemas y resolverlos de manera individual, pero preferentemente, en equipo, destacando la importancia del trabajo en equipo.

Además, el poder desempeñarse de una manera adecuada en un ambiente democrático. Vista esta necesidad como un estilo de vida, no sólo como una forma de gobierno, sino como valorarse a sí mismo y el trabajar la autoestima de los alumnos, estableciendo como principio el respeto como base para la convivencia.

Por su parte, De Mello (1990), enfatiza que si el proceso de enseñar y aprender fuera bien realizado, inevitablemente llevaría a la formación de valores, de los cuales el más obvio es el respeto a la verdad, el esfuerzo para ir más allá de las apariencias y entender el significado real de los datos así como la crítica de los argumentos falaces.

De Mello también menciona que si en la escuela se organizara adecuadamente la enseñanza, ésta se convertiría en un proceso colectivo en busca del conocimiento, lo que haría de ella un espacio social rico de relaciones y convivencias. El valor de la experiencia compartida, de la participación, llevaría al desarrollo de la solidaridad, de la tolerancia y aceptación de puntos de vista diferentes.



“Con las actividades físicas cooperativas se intenta originar la unificación de todos los alumnos de un grupo sin importar razas, religión, sexo, etc., logrando establecer el trabajo en equipo”

EL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

A partir de 1996 se desarrolla el Programa para la Transformación y el Fortalecimiento Académicos de las Escuelas Normales. De acuerdo a investigaciones previas a la elaboración del Plan de Estudios 2002 de la Licenciatura en Educación Física, se detectó que una de las principales funciones que realizan la mayoría de los docentes de Educación Física en educación básica consiste en desarrollar actividades de carácter competitivo o recreativo como lo son el deporte escolar y actividades cívicas; lo cual lleva a la participación sólo de los estudiantes más hábiles, y se margina y descuida al resto de los alumnos, provocando cierta apatía y rechazo hacia las sesiones de Educación Física.

Con esta forma de trabajar por parte

de los educadores físicos se desatienden aspectos fundamentales como lo son el desarrollo de habilidades motrices y las necesidades de desenvolvimiento motriz, además del aspecto de carácter intelectual, del campo de la salud, el tiempo libre, la afectividad, la socialización y el fomento de valores, los cuales pueden ser favorecidos a todos los alumnos de educación básica mediante la Educación Física.

Lo anteriormente mencionado no quiere decir que no se cumplan los propósitos pero quizá, además se podrá contribuir en la formación de seres humanos íntegros y plenos, adaptados a una sociedad que tiene cambios muy bruscos, a una sociedad que cada vez se aleja más de los valores y reporta actitudes inapropiadas. (Plan de Estudios 2002 de la Licenciatura en Educación Física)

Asimismo, en las sesiones de Educación Física es común observar

como muchos docentes aplican juegos que propician la competencia, la rivalidad y el revanchismo en los alumnos, otras tantas veces se marcan diferencias de géneros, que provocan situaciones conflictivas que trascienden fuera de la escuela. (SEP, 2002)

De acuerdo a lo anterior y ante el estudio diagnóstico realizado por la Secretaría de Educación Pública para la reforma curricular de la Licenciatura en Educación Física 2002 y considerándolas necesidades sociales de jóvenes y niños, surge como prioridad realizar cambios importantes en la Educación Física que se imparte en educación básica, por esto la Secretaría de Educación Pública con el afán de situar a la vanguardia los programas de formación a docentes pone en práctica a partir del 2002 en el país y en consecuencia en el Estado, el Plan de Estudios 2002 de la Licenciatura en Educación Física, el cual en una de sus cuatro líneas de acción crea la transformación curricular, de donde emergen nuevas conceptualizaciones que los docentes de la materia en servicio deben conocer, analizar y retomar para su quehacer diario.

En dicho documento se le da



relevancia entre otras cosas a los juegos cooperativos, las actividades físicas cooperativas y a la metodología cooperativa como una propuesta para la formación de valores a través de la Educación Física en las escuelas de educación básica.

Se debe reconocer primero que los juegos cooperativos han sido utilizados en Educación Física desde hace tiempo y estos no fueron suficientes para la exploración y el desarrollo de las posibilidades del movimiento, porque al ser éste la parte medular del área no se podía correr el riesgo de que los juegos cooperativos sólo fueran una herramienta más en el quehacer docente utilizada como un medio para la educación en valores; fue entonces cuando surgieron las actividades físicas cooperativas, las cuales cubren mayores contenidos relativos al ámbito motor.

Con las actividades físicas cooperativas se intenta originar la unificación de todos los alumnos de un grupo sin importar razas, religión, sexo, etc., logrando establecer el trabajo en equipo, se busca aumentar la autoestima de cada estudiante, su integración y aceptación en el grupo, despertar el interés y el gusto por la actividad física, propiciar la responsabilidad en la participación en un grupo, demostrar que a pesar de no ser competitiva una actividad también puede ser divertida, valorar los logros en el proceso y no el resultado, promover climas positivos en las sesiones de Educación Física.

La metodología cooperativa ha sido utilizada en cualquier campo del conocimiento, por lo que la mayoría de los estudios e investigaciones han estado centrados en materias de tipo conceptual. No fue hasta la última década cuando surgen estudios aplicados a la Educación Física, área hasta entonces de naturaleza competitiva.

El aprendizaje cooperativo se considera como una metodología innovadora en el área de la Educación Física y la mayoría de los estudios que existen son a partir de los años noventa y principios del año 2000. Velázquez



(2004), precisa algunas investigaciones dedicadas al trabajo cooperativo en el área de Educación Física, como:

Glover y Midura (1992), que han desarrollado y evaluado un programa de Educación Física basado en desafíos físicos cooperativos, destacando en sus conclusiones que en el trabajo que fue planteado en forma de reto a través de propuestas cooperativas, hacia los alumnos, estos incrementaron su capacidad de trabajo, de la misma manera desarrollaron sus habilidades sociales y todos tuvieron experiencias de éxito por medio de la práctica motriz, aumentando enormemente su autoestima.

Steve Grineski (1993), quien realizó un estudio con el cual buscó comprobar los efectos que las estructuras de meta individuales, competitivas y cooperativas tenían en alumnos de segundo y tercer grado. La conclusión de dicho estudio fue que los alumnos que participaron en grupos cooperativos demostraron mejoras significativas en su condición física y manifestaron niveles más altos de interacción social positiva que los alumnos con estructuras de meta individuales y competitivas.

Gibbons y Black (1997), quienes examinaron la efectividad del programa cooperativo en el transcurso de siete meses con estudiantes de educación media, teniendo como resultado que se mejoraron la autoestima de los alumnos así como la aceptación social, la competencia atlética y su comportamiento en las clases.

Pucket (2001), quien investigó durante tres meses los efectos del programa de desafíos físicos cooperativos en alumnos de ocho años de edad. En sus conclusiones señaló que con el programa de actividades físicas cooperativas implementado, se



mejoraron las habilidades de escucha activa de los alumnos, el respeto por los compañeros, el conocimiento del grupo y las habilidades para alcanzar acuerdos grupales, repercutiendo en la autoestima de los alumnos, sobre su motivación hacia las actividades motrices y sobre el clima en el aula.

Fernández (2003), quien desarrolló un programa de Educación Física fundamentado en el aprendizaje cooperativo, en jóvenes de secundaria y bachillerato, el cual resaltó en sus conclusiones que la metodología cooperativa respecto a la tradicional

hay mayor ventaja para propiciar el auto concepto general, la valoración de la apariencia física y de las habilidades físicas, la relación con los demás indistintamente de sexo, religión o clase social y con los padres. La conclusión de Fernández, fue que se incrementó el gusto y la valoración de los alumnos hacia las clases de Educación Física, al percibir que todos participaban y no sólo los más atléticos y deportistas; también la responsabilidad aumentó así como la participación en las actividades propuestas en las clases.



COOPERACIÓN EN LA PRÁCTICA EDUCATIVA

INTRODUCCIÓN AL APRENDIZAJE COOPERATIVO

Para Rué (1998), varios autores han enfatizado la necesidad de favorecer la interacción interpersonal en lo que se refiere al trabajo en equipo como estrategia para la promoción del aprendizaje. Sin embargo, es hasta ahora que se le da mayor peso a las aportaciones históricas referentes al valor educativo de la interacción social en el seno de la clase. Por lo tanto, las modalidades de aprendizaje de un individuo ya no pueden ser consideradas como comportamientos propios sino como un intercambio que se da en las escuelas, a lo largo de un proceso de escolaridad.

Rué, menciona que el intercambio empieza a consolidarse de manera conceptual y práctica, ya que en la

psicología se ha avanzado enormemente encontrándose argumentos de individuos que explican la elaboración de sus propios esquemas de aprendizaje mediante la interacción social. El autor señala a Vigotsky como el primer teórico que destacó el carácter social del aprendizaje, así como la importancia de contar con interlocutores en la construcción de estos procesos y el papel tan significativo que juega el lenguaje. Enfatiza el valor de crear las mejores condiciones posibles para propiciar la interacción social, esto es la intervención positiva y acertada del docente como interlocutor o mediador en el grupo.

Rué, también menciona que Vigotsky consideró que la existencia en la sociedad, vivir y compartir con otros

“las condiciones que hacen que los esfuerzos cooperativos sean más productivos para los alumnos se les conoce como componentes esenciales los cuales propician un ambiente eficaz para que se dé la cooperación.”

es fuente y condición del desarrollo de los procesos psicológicos superiores, distintivos y comunes al hombre.

De acuerdo a Ferreiro y Calderón (2001), en cada situación de aprendizaje o para cada cosa que se quiere aprender ya sean conocimientos, habilidades, actitudes y valores; en la escuela o fuera de ella, existe una distancia entre el nivel de desarrollo real y el nivel de desarrollo próximo o potencial a la que Vigotsky llamó “zona de desarrollo potencial”.

Ferreiro y Calderón fundamentan el aprendizaje cooperativo en la teoría de Vigotsky porque:

- Las relaciones sociales entre iguales son importantes para aprender y por lo tanto lo son para el desarrollo de la personalidad.
- Se le da énfasis a las relaciones

entre iguales auspiciando así la intersubjetividad, la comunicación y el diálogo; lo que provoca el paso de la dimensión social a la individual; o bien, de lo interpsicológico (entre individuos) a lo intrapsicológico (dentro del niño).

- La importancia que tiene el maestro como mediador entre los individuos y el contenido de la enseñanza, sin limitar este concepto a conocimientos e incluyendo en el mismo tanto habilidades intelectuales y sociales, como actitudes y valores.

- El lenguaje juega un papel importante y las diferentes actividades que son programadas para aprender.

- La importancia del aspecto social, las habilidades sociales y el desarrollo emocional para aprender.

- La relevancia de la interacción social y en este caso más a la cooperación.

Vigotsky (1978), afirma que el desarrollo del niño sería más productivo si el niño fuera sometido a nuevos aprendizajes en la zona de desarrollo próximo. En esta zona es donde el niño tiene encuentros con la cultura, donde el adulto desempeña primero el papel de participe en las construcciones comunes y después como organizador

del aprendizaje. La zona de desarrollo próximo es la diferencia entre las actividades que realiza el niño limitado a sus propias fuerzas y las actividades que realiza en colaboración con otras personas.



García Ponce (s/f Co79 Estrategias de Integración), se refiere a los métodos cooperativos como una de las estrategias de aprendizaje en los cuales los estudiantes se sienten motivados a trabajar juntos en tareas académicas, basándose su realización en la interacción entre compañeros. El auge de los métodos cooperativos en los últimos años se debe a:

- Su viabilidad ante grupos heterogéneos, lo que provoca mayor socialización entre los grupos de aprendizaje.
- Es idóneo para los grupos con necesidades educativas especiales; así como el tiempo que tiene el profesor para atender individualmente a cada alumno.
- Pueden ser utilizados con grupos de cualquier edad, en cualquier materia.
- Hay desde los métodos cooperativos sencillos hasta los muy complejos. Los que se utilizan grupales

como los de grupos de contingencia (recompensa a los grupos en función de sus logros).

La recompensa interpersonal es otra característica en la utilización de la enseñanza cooperativa, en dicha estructura se hace referencia a las consecuencias para el alumno por sus compañeros, ya que el éxito del grupo depende del logro de cada integrante.

En la enseñanza cooperativa se distingue una estructura cooperativa de objetivos determinada por la ayuda y otra por la mutualidad. En la estrategia cooperativa por ayuda, la cooperación surge para ayudar a otros alumnos a conseguir el logro individual que aporta cada miembro al grupo, por otro lado la cooperación mutua es la propia relación con un objetivo compartido por los alumnos.

Las ventajas que hay en este tipo de trabajo para la integración escolar son:

- El aprendizaje de los alumnos



a las condiciones que hacen que los esfuerzos cooperativos sean más productivos para los alumnos se les conoce como componentes esenciales los cuales propician un ambiente eficaz para que se dé la cooperación.

Estos componentes esenciales son:

supera al valor individual que tradicionalmente se otorga al mismo.

- El resultado final es producto del grupo por lo que los alumnos son motivados a ayudarse unos con otros.

- Los alumnos aprenden a la vez que se ayudan unos con otros.

Cruz G. (1997), se refiere al aprendizaje cooperativo como el enfoque instruccional centrado en el estudiante, en el cual se utilizan pequeños grupos, que permite que los alumnos trabajen juntos en la consecución de tareas que han sido asignadas por el profesor y que pueda resaltar el aprendizaje de todos los miembros del equipo. El papel que juega el profesor es importante ya que no sólo se limita a observar el trabajo de los grupos sino que supervisa el proceso de construcción y transformación del conocimiento.

Cruz G., también menciona que

a) Interdependencia positiva

- Lo que significa que el triunfo de un integrante del equipo es el triunfo del equipo.

- El trabajo de un integrante beneficia al grupo y el trabajo del grupo beneficia al integrante.

- Todos comparten sus recursos, se apoyan cuando es necesario y celebran sus triunfos individuales como grupo.

b) Interacción fomentadora

- Cada quien según su entendimiento busca solución a un problema.

- Los integrantes del grupo aportan los conceptos que conocen y los que necesitan aprender.

- Cada quien enseña lo que

sabe y se vincula con lo que se está aprendiendo.

- Trabajar con los problemas de forma sensata y cordial.

c) Responsabilidad individual y responsabilidad personal

- Lo que cada integrante hace, afecta al grupo y al integrante mismo.
- El trabajo de cada miembro es una parte importante para el trabajo del grupo.
- No se debe intentar ganar mérito por el trabajo ajeno.
- Cada integrante del grupo debe pensar que lo que está haciendo en grupo, le servirá mañana cuando tenga que trabajar por su cuenta.

d) Habilidades interpersonales

- Las tareas se deben dividir equitativamente.
- Las decisiones se toman de manera colectiva.
- Se debe crear confianza en sí mismo y en el grupo.
- Comunicarse con los compañeros, se debe hacer saber lo que se piensa, sin llegar a la ofensa.

e) Procesamiento por el grupo

- Se deben acordar las acciones aceptables y no aceptables dentro del grupo.
- El comportamiento del grupo se debe analizar constantemente y decidir en el grupo qué acciones han sido positivas y cuáles necesitan mejorarse.

Cruz señala que existen cuatro tipos de aprendizaje cooperativo, los cuales son:

a) Convencional

- En este tipo de aprendizaje se trabaja una actividad con un mismo grupo por un determinado período de tiempo.
- El período puede ser de una semana hasta un semestre.
- Es el tipo de aprendizaje más utilizado en el contexto universitario.

b) Informal

- Éste es el que se utiliza dentro de un período de clase.

- Puede durar de 15 a 190 minutos.

c) Grupo de base cooperativa

- En este tipo de aprendizaje se reúnen un grupo de personas para ofrecer orientación, tutorías y/o apoyo por un período largo de tiempo.
- Este tipo de trabajo es por un año o más tiempo.
- Es el menos utilizado dentro de un salón de clases.

d) Estructuras cooperativas

- Las estructuras cooperativas no son trabajos en grupo como tal.
- Son actividades repetitivas dentro del salón de clases que luego se realizan en forma automática por todo el grupo.

También la autora enumera algunas habilidades cooperativas como:

a) Formación

- Es organizar de una forma rápida y efectiva un grupo.
- Se permite a todos los integrantes participar de una manera activa y participativa a todos los integrantes del grupo.

b) Funcionamiento

- Las actividades del grupo se administran de tal manera que se mantiene de forma eficaz la relación entre todos sus integrantes.
- Los integrantes expresan su apoyo a sus compañeros.
- Se pide ayuda cuando es necesario.
- Los integrantes aclaran y explican su trabajo al grupo.
- Se habla de la contribución de cada integrante del grupo.
- Entre todos se deben alentar para que no decaiga el ánimo.
- Los integrantes deben expresar sus sentimientos hacia sus compañeros, sean positivos o negativos, sin ofender a sus compañeros.

c) Formulación

- Se facilita la comprensión del material en el grupo. Cada integrante



puede aportar algo en esta fase.

- El material se debe resumir.
- Se debe verificar, corregir y añadir información si es que se omitió.

• El material nuevo se debe relacionar con el material ya conocido.

- El entendimiento del material debe ser mejorado utilizando imágenes, dibujos y sonidos.

d) Fermentación

• La reconceptualización del material debe ser estimulada.

• Las ideas pueden ser criticadas no las personas.

• Se debe distinguir cuando ocurre un desacuerdo.

• Todas las ideas se deben integrar en una sola opinión.

• Las conclusiones deben ser justificadas.

• Cada integrante debe aportar información o explicaciones a ideas de otros compañeros.

• La información debe ser



analizada desde varias perspectivas y situaciones.

- Se debe buscar más de una respuesta posible.

Se debe comprender la realidad de tiempo, tarea y problemas que se puedan enfrentar.

LA COOPERACIÓN EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

Partiendo de lo anterior, trasladaremos el aprendizaje cooperativo fuera del salón de clases, a las canchas, al espacio que corresponde a la Educación Física. Como en otras áreas, la cooperación puede ser un modo de abordar la educación en valores desde la Educación Física. Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001), se refieren a la cooperación en la Educación Física, como un modo de abordar la educación en valores, ya que

la propia práctica educativa vinculada a la cooperación en la Educación Física admite manifestar elementos que hacen de la cooperación un instrumento valioso en el contexto para el aprendizaje en el ámbito de los valores.

Tanto en los juegos, las actividades, dinámicas, desafíos físicos y estructuras cooperativas, se transita por procesos en los que se requiere atender la comunicación positiva en grupo, la coordinación de labores y el establecimiento de relaciones entre los miembros del grupo de cara a la consecución de un objetivo. Los valores en la cooperación ludomotriz son vivenciados por los niños.

De acuerdo a lo anterior, Omeñaca, Puyuelo y Ruiz, comentan que desde la orientación de la cooperación surgen elementos que trascienden positivamente en el desarrollo moral. Por lo tanto, la cooperación entre alumnos en la Educación Física escolar:

- Brinda casi siempre una metodología lúdica.
- Estimula la imaginación y la creatividad.
- Rebasa el egocentrismo,

tomando perspectivas diferentes a la propia.

- Crea un ambiente propicio para externar afectos, sentimientos y emociones positivas.
- Beneficia la voluntad y la autosuperación a la vez que se progresa de manera personal y en beneficio del grupo.
- Desarrolla las habilidades sociales.
- Favorece la manifestación de conductas asertivas.
- Propicia el aprendizaje de reglas interpersonales vinculadas con la reciprocidad, la cooperación y la capacidad de compartir.
- Educa para la convivencia.
- Coordina labores como método de actuación.
- Inicia la reflexión y el análisis crítico.



- Promueve un contexto donde la alegría y la diversión cobran un valor relevante.

A partir de las propuestas surgidas de las tareas cooperativas, los niños deciden si participan comunicándose o se aíslan, si respetan o faltan el respeto a sus compañeros, eligen entre tolerancia o intolerancia ante la diversidad del grupo; si comparten o no y entre la cooperación o el individualismo. El conflicto que se genera de los anteriores dilemas morales se resuelve en el transcurso hacia una autonomía más plena en el pensamiento moral.

VALORES Y ACTITUDES QUE SE PROMUEVEN CON LA COOPERACIÓN EN LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001), sugieren que los valores en última instancia se toman desde las elecciones con las que nos comprometemos, a partir de la propia experiencia, las vivencias personales, en la práctica misma del valor. Los valores a los que está vinculada la cooperación es la principal aportación



que la misma hace a la Educación Física escolar; ya que el alumno se pone en contacto con muchos de los valores universales para su desarrollo personal, para la convivencia y para la vida en armonía: libertad, responsabilidad, tolerancia, diálogo, respeto, amistad, cooperación, solidaridad y paz.

Así mismo, no se deben hacer a un lado los valores que ya de por sí están relacionados con la materia, en relación al progreso y bienestar personal: alegría, autoestima y autosuperación y más aun aquellos valores relacionados con las capacidades unidas a la actividad física: competencia motriz, creatividad motriz y salud.

A continuación se detallan los valores y actitudes que, de acuerdo a Omeñaca, Puyuelo y Ruiz, son promovidos por la cooperación en las sesiones de Educación Física:

a) Libertad: Con la cooperación los alumnos se sienten libres al participar, experimentan su capacidad creadora no sienten la imposición de competir ni el temor a ser descartados de la actividad motriz.

- Habilidad para decidir y solucionar problemas motrices



planteados a través de la cooperación.

- Seguridad al opinar, sugerir dentro de un grupo.
- Respeto por la actividad física personal y en relación al resto del grupo.

b) Responsabilidad: El comportamiento responsable dentro de la Educación Física escolar tanto el educando con él mismo como con sus compañeros y en el ambiente que le rodea.

- Habilidad para realizar la actividad física bajo medidas de seguridad.
- Empeño en superar las capacidades propias y del grupo.
- Disposición para trabajar ante situaciones no previstas.
- Tolerancia a las habilidades propias y de sus compañeros.
- Acatar las reglas tanto de las actividades físicas como lúdicas.
- Sensibilidad ante las conductas atentas y solidarias de sus compañeros.
- Cuidado del medio ambiente y sus recursos.

c) Tolerancia: La cooperación dentro de la Educación Física escolar sitúa a todos en un mismo nivel, todos comparten un solo objetivo una sola meta, aunque tengan diferentes orígenes y distintos modos de ver la vida.

- Facilidad para disfrutar la convivencia con sus compañeros.
- Disposición para reconocer las dificultades propias y de los compañeros así como facilidad para dar y recibir ayuda.
- Consideración a las diferencias étnicas, religiosas y culturales.

• Aceptación del diálogo en situaciones de conflicto.

d) Diálogo: Es una herramienta valiosa tanto en la vida cotidiana como en la actividad física, sobre todo cuando es atendida a través de la cooperación.

- Disposición para comunicarse y solucionar cooperativamente situaciones motrices.
- Establecer relaciones amistosas con el grupo.
- Habilidad para mantener la comunicación con sus compañeros.





- Facilidad para convivir con sus compañeros.
 - Tolerancia ante la diversidad de opiniones.
 - Disposición para el uso del diálogo en situaciones conflictivas.
 - Reconocimiento al diálogo como herramienta importante en la solución positiva de conflicto.
- e) Amistad:** Al cooperar en las clases de Educación Física, el alumno tiene la posibilidad de enaltecer el valor de la amistad a través de la convivencia con sus compañeros, adoptándola como un modo de vivir propio.
- Aceptación de la convivencia con sus compañeros y experimentar la alegría que se produce dentro del grupo.
 - Apreciación de una conducta respetuosa hacia los demás.
 - Valoración de la información propia y de sus compañeros para aportar ideas.
 - Disposición para colaborar con los demás y establecer relaciones amistosas.



f) Cooperación: Colaborando en actividades cooperativas el grupo obtendrá el gusto por mejorar sus habilidades sumando esfuerzos.

- Aceptación para intercambiar ayuda en las acciones motrices con sus compañeros.

- Disposición para colaborar con sus compañeros y lograr los objetivos de la actividad motriz.

- Valoración de la exploración del movimiento corporal propio cuando se trabaja en grupo.

g) Autoestima: Aceptando el gusto por uno mismo sobre todo cuando se trabaja en grupo independientemente de los niveles de destreza, todos tienen la oportunidad de superarse, con la posibilidad de integrar la autoestima como un valor propio.

- Aceptación de uno mismo dentro del grupo.

- Disposición al realizar actividades motrices aceptándolas como superación propia y de sus compañeros de una manera divertida.

- Tolerancia hacia el grupo sin importar el nivel de competencia motriz que se logre.

- Aceptación hacia los compañeros como parte de un grupo.

h) Competencia motriz: Referida al respeto de los valores principales como la responsabilidad, la amistad, la alegría, la cooperación, la solidaridad o la libertad.

- Compromiso consigo mismo al realizar actividades físicas para el desarrollo personal.

- Aceptación de superar la competencia motriz mejorando las posibilidades y limitaciones propias.

- Disposición para prestar ayuda a los compañeros que la requieran.

i) Creatividad motriz: En relación a la habilidad de obtener soluciones diferentes ante situaciones motrices nuevas.

- Apreciación de la Educación Física como un medio para las actividades lúdicas y motrices

- Participación en la búsqueda



de diferentes respuestas motrices ante situaciones presentadas en los juegos y las actividades cooperativas.

- Valoración de las aportaciones personales y del grupo.

j) Salud: Reconocer que la actividad motriz puede mejorar el estado físico, mental y social.

- Respeto por el propio cuerpo así como por la actividad motriz para el desarrollo personal y de los demás.

- Adopción de hábitos de alimentación, limpieza y seguridad al realizar la actividad física.

- Agrado de convivir con sus



compañeros mientras se realiza la actividad motriz.

k) Autosuperación: Satisfacción por el progreso personal y de los demás.

- Independencia y confianza tanto personal como en los compañeros.

- Sensibilidad ante nuevas posibilidades de movimiento.

l) Respeto: En las actividades cooperativas este valor es una de las bases para edificar otros valores como la paz, la solidaridad y la libertad.

- Disposición para aceptar posibilidades y limitaciones propias.

- Aceptación a participar dentro de un grupo sin importar las condiciones de sus compañeros.

- Sensibilidad ante las necesidades de conservar y preservar el medio ambiente.

m) Solidaridad: Con las actividades cooperativas se generan sentimientos hacia nuestros semejantes de ayuda, justicia e igualdad los cuales el alumno puede adoptar en su vida diaria.

- Facilidad de convivir en la actividad motriz.



n) Paz: Con la cooperación se promueve la paz, ya que se da una convivencia sana a través de las actitudes que se manifiestan.

- Disposición para disfrutar la acción motriz en compañía de su grupo.
- Facilidad para opinar, sugerir al grupo así como aceptar sugerencias de los compañeros.
- Aceptación de la ayuda que le presten los demás.
- Apreciación de las conductas positivas de sus compañeros.

• Disposición para acatar reglas propias de la actividad motriz.

• Valoración del trabajo en equipo, respeto ante las dificultades propias y de los compañeros.

o) Alegría: Con las actividades cooperativas se otorga al alumno la alegría de vivenciar experiencias motrices propias y del grupo.

• Disposición al realizar la actividad motriz de divertirse tanto en forma personal como con los demás.



- Satisfacción por pertenecer a un grupo y realizar actividades físicas cooperativas.
- Emoción y alegría ante los dilemas que algunos juegos de cooperación presentan.
- Disposición para crear un ambiente de confianza dentro y fuera de la clase.

BUSCANDO SOLUCIÓN A LAS SITUACIONES CONFLICTIVAS A TRAVÉS DE LA COOPERACIÓN

Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001), sugieren que la cooperación puede ser un modo de abordar los conflictos, ya que dentro de un grupo de personas es común que surjan problemas, la diferencia estriba en cómo resolverlos. Lo mismo sucede dentro de un salón de clases o en la cancha, en las clases de



Educación Física. Un conflicto no es propiamente negativo ni positivo, es un elemento que surge con la convivencia humana desde dos ámbitos: el individuo consigo mismo y el individuo con los demás.

Abordar las situaciones conflictivas y las soluciones que se les dé a éstas permitirá etiquetar el conflicto como negativo o positivo y como resulte para el niño o para el grupo. Cuando se convierta en un reto para seguir progresando, el conflicto será positivo,

en cambio cuando no se solucione o provoque sentimientos negativos en los alumnos como frustración, coraje o decepción se convertirá en un conflicto negativo.

Como docentes de Educación Física, según Omeñaca, Puyuelo y Ruiz se debe buscar una orientación positiva, la cual permita al niño adquirir habilidades relacionadas con la autoaceptación y el respeto asimismo en lo individual y con la empatía, el diálogo, la tolerancia y la equidad en las relaciones con los otros.

Esto traerá como consecuencia, la capacidad de un raciocinio moral.

La reacción ante situaciones conflictivas no es afrontada de la misma manera por todos los individuos, depende del carácter individual y de la situación en la que se encuentre el individuo. Un niño no responde de la misma manera a un conflicto en diferentes momentos. Una fuerte influencia sobre la forma de abordar un conflicto es la etapa de desarrollo en la que se encuentra el niño, la personalidad y el clima efectivo que lo rodea. Como misión se debe buscar capacitar a los alumnos para que ellos

resuelvan constructivamente, sin dejar de intervenir como mediadores ya que si lo hacemos se corre el riesgo de que se abandone el conflicto sin resolverlo.

CARACTERÍSTICAS ESPECÍFICAS DEL CONFLICTO EN EDUCACIÓN FÍSICA

Por ser la Educación Física una materia con características muy particulares, los conflictos que en ésta se suscitan tienen ciertas peculiaridades:

- Con las actividades ludomotrices



cotidianas se establecen más las relaciones interpersonales, ya que suelen ser puramente sociales y es ahí donde surgen los conflictos. Las actividades en Educación Física estimulan en el alumno una gran implicación afectiva al momento de presentarse algún conflicto.

- En el entorno de la clase de Educación Física suscitan muchos conflictos no resueltos que fueron provocados fuera del entorno escolar. Dadas las actividades que se realizan en esta materia, éstas se encuentran enlazadas estrechamente con las

actividades que realiza el niño fuera de la escuela así como del desarrollo de capacidades para solucionar conflictos de una forma constructiva lo que permite que al resolverlos en las clases pueda transferir estas capacidades a otros contextos habituales de su vida.

- Como las clases de Educación Física se dan en un ambiente de libertad, esto influye para que en ocasiones surjan reacciones agresivas en los niños como respuesta a situaciones conflictivas.



TIPOS DE CONFLICTOS

Continuando con Omeñaca, Puyuelo y Ruiz, en las clases de Educación Física se pueden detectar cuatro tipos de conflicto:

a) Conflictos de procedimiento:

Cuando el alumno no está de acuerdo en la manera en que se llevará a cabo una actividad motriz. Ejemplo: El espacio destinado al juego, es considerado insuficiente.

b) Conflictos afectivos:

Surgen cuando no se puede complacer afectivamente a uno o varios alumnos. Ejemplo: Al formar equipos uno o varios participantes no son tomados en cuenta.

c) Conflictos perceptivos:

Cuando un mismo hecho se percibe de forma distinta. Ejemplo: Distintos participantes tienen una percepción distinta de una regla del juego.

d) Conflictos de intereses:

Este tipo de conflictos surgen cuando al momento de que a pesar que todos los participantes en juego percibieron de forma similar un hecho, alguno o algunos interpretan la realidad a su conveniencia y para su beneficio. Ejemplo: En el juego de La Roña, el perseguidor afirma haber tocado a un perseguido y éste aún sabiendo que es cierto lo niega para no perder puntos.

DIFERENTES FORMAS CON LAS QUE SE PUEDEN ABORDAR LOS CONFLICTOS EN LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Debido a la complejidad de alumnos que hay en una clase de Educación Física, los conflictos pueden convertirse en hechos más complejos. Es posible afrontar situaciones conflictivas si encaminamos las actuaciones de los alumnos en diferentes direcciones, Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001), proponen:



- Buscar una solución positiva para sí mismo e imponer puntos de vista propios; sin tomar en cuenta la forma en que otros afrontan el conflicto ni si les agrada la solución proporcionada.

- Condescender ante el otro, desistiendo a la propia posición pero que esto no signifique el resultado de la reflexión y sin valorar lo aportado por el otro sea o no razonable. Evitar situaciones conflictivas.

- Negociar un punto de acuerdo donde todos quedan satisfechos pero también hayan cedido en parte.

- Cooperar para encontrar la satisfacción propia y ajena.

Lo ideal sería que toda situación conflictiva se resolviera a través de la cooperación, sin embargo, esto no siempre puede suceder ya que en las actividades ludomotrices surgen, a menudo, situaciones conflictivas en las cuales no en todos los casos es posible dar solución común sin que alguna de las partes resulte afectada. Por lo mismo, es importante la negociación, la búsqueda responsable de un punto de acuerdo, en un estira y afloje; con esto se



da una forma constructiva de afrontar el conflicto, lo cual es idóneo para nuestra materia.

Sin embargo la cooperación y la negociación son muy ajenas a las opciones de imponer, ceder o eludir; al apoyarse en la búsqueda de soluciones gratas para todos los implicados y que sea el diálogo una herramienta obligatoria, el docente debe crear un ambiente de confianza y comunicación entre sus alumnos. Lo anterior permitirá disminuir la intervención del maestro e ir logrando la autonomía de sus alumnos.

Según Omeñaca, Puyuelo y Ruiz, la participación del docente debe estar encaminada hacia el desarrollo de la capacidad de los alumnos de hacer el uso del diálogo como una forma de solucionar conflictos y en busca de instruirlo para la toma de decisiones responsables en forma autónoma.

Muchas situaciones conflictivas son solucionadas por los mismos niños en las clases de Educación Física ya sea por medio de un gesto, una palmada en la espalda o una disculpa; por lo que como docente se debe tener un amplio criterio.

PASOS PARA ABORDAR LOS CONFLICTOS

Cuando los conflictos ya han sido detectados y no se han podido resolver, Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001) sugieren que el conflicto puede ser abordado a través de los siguientes pasos:

a) Creación de un ambiente agradable:

Las actividades motrices por lo general son fuente de emociones y reacciones; y una situación conflictiva no está exenta de una alteración. Con frecuencia un alumno se siente agredido por la manera de actuar de otro u otros, que es imposible que entienda razones. En esta situación es difícil que el alumno “ofendido” pueda afrontar constructivamente el conflicto cuando



éste ha sido ocasionado recientemente. Algunas veces se debe dejar pasar un poco de tiempo y mejorar el ambiente de la clase, antes de abordar el conflicto.

De acuerdo a las experiencias anteriores del alumno, el tono emocional disminuirá, si el alumno posee seguridad tendrá la oportunidad de expresarse.

b) Análisis del conflicto:

La puesta en común de la situación conflictiva. Todos los involucrados deben exponer su punto de vista, el como perciben el conflicto y plantear sus

razones al respecto. En este momento es cuando el docente realiza su función de mediador, otorgando a todos la oportunidad de expresarse. Con todos, debe quedar claro que una vez hecho los planteamientos ante tal situación conflictiva se debe seguir avanzando. En estos casos puede suceder que algunos niños no consideren una situación conflictiva y otros sí. De cualquier modo se deben buscar soluciones.



c) Propuesta de soluciones viables:

La participación de los alumnos es en busca de opciones constructivas para la solución del problema. La orientación del maestro es para que se mantenga un clima de confianza y que todos los alumnos sigan participando. Cuando no se encuentran soluciones se puede recurrir a vivencias de los mismos alumnos en otros momentos de sus vidas similares.

d) Punto de acuerdo:

La solución o acuerdo debe dejar satisfechos a quienes participaron en el conflicto. Se puede presentar el caso que algún alumno renuncie a su actitud mas no eludiendo el conflicto quizá por la reflexión positiva de valorar la postura de otro alumno. En ocasiones será necesario llegar a la negociación como punto de acuerdo. La cooperación será inevitable en otras ocasiones. En cualquiera de los casos, el docente como mediador debe crear un ambiente de



responsabilidad donde los alumnos atiendan no sólo sus intereses sino también los de sus compañeros.

e) El acuerdo llevado a la práctica:

La solución que se le dio al conflicto debe ponerse en práctica cumpliendo cada niño con lo pactado y asumiendo lo pactado dentro del punto de acuerdo, al docente le corresponde estar pendiente del cabal cumplimiento.

f) Reconocimiento:

Es importante que después los alumnos valoren el resultado del conflicto superado. Le corresponde al docente enaltecer la participación de los niños reconociendo la capacidad de diálogo y de propuestas de solución, sobre todo el de llegar a un acuerdo.

En caso de que no todos los alumnos hayan intervenido, es importante exponer el conflicto al resto del grupo y cuál fue la solución, ya que esto permitirá a los alumnos valorar que alguien fue



capaz de solucionar un conflicto, para situaciones posteriores. La autoestima de quienes intervinieron aumentará al reconocérseles su capacidad de diálogo y aprendizaje constructivo, mejorará la relación social y el ambiente de confianza reconfortará al grupo. (Omeñaca, Puyuelo y Ruiz 2001)

COMPONENTES ESENCIALES DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

De acuerdo a Velásquez C. (2004), la conclusión de varios autores para evitar situaciones negativas en el trabajo grupal es necesaria la presencia de algunas condiciones que sirvan como mediadoras, que formen los



componentes esenciales del aprendizaje cooperativo, como lo son:

- La interdependencia positiva: los alumnos deben percibir que el trabajo que realizan es por su propio beneficio y el de los demás y viceversa, de esta manera deben unir esfuerzos, compartir recursos, ofrecer ayuda y celebrar los éxitos juntos. Deben pensar primero en un “nosotros” y no en un “yo”.

- La interacción promotora: cada integrante del equipo motiva a sus compañeros y favorece sus esfuerzos para lograr con éxito la tarea asignada. No se critica al compañero por si algo hizo mal, se le apoya para que supere sus dificultades.

- La responsabilidad personal e individual: cada alumno entiende lo importante que es su función dentro del equipo, de esta manera nadie se queda sin encomienda alguna. Esto puede iniciarse formando grupos pequeños para que haya mayor responsabilidad de cada integrante, se elabora un registro de seguimiento de las participaciones de cada uno dentro del grupo.

- Las habilidades interpersonales y de grupo: éstas son necesarias para hacer

provechoso el trabajo en equipo. Cada alumno debe conocer, aceptar, confiar y apoyar a sus compañeros y ser capaz de comunicarse con exactitud y que cada grupo pueda regular sus conflictos de manera constructiva. A medida que se trabaja más con el aprendizaje cooperativo los alumnos aumentarán sus habilidades interpersonales y sociales lo cual favorecerá el rendimiento en el aprendizaje.

- El procesamiento grupal o autoevaluación: cada grupo deberá ser capaz de reflexionar sobre su trabajo, y determinará las acciones que resultaron y las que no, tomar decisiones sobre las conductas que fueron favorables y cuales deben modificarse. Es necesario dar al grupo el tiempo suficiente para se pueda realizar una autoevaluación consciente.

Velázquez (2004), alude que el docente de Educación Física que decida utilizar la metodología cooperativa procurará básicamente que sus alumnos:

- a) Alcancen metas de aprendizajes de un área determinada.
- b) Sean referentes de aprendizaje entre sus compañeros.

c) Se presten ayuda mutuamente, busquen juntos soluciones constructivas a los conflictos de grupo que se les presenten.

d) Asuman los compromisos y responsabilidades del trabajo en equipo.

e) Desarrollen habilidades sociales y fomenten valores.

Lo anterior es posible lograrse ya que existen recursos importantes como: los juegos, las actividades físicas, estructuras físicas cooperativas, los desafíos físicos, y las dinámicas cooperativas.

LOS JUEGOS COOPERATIVOS

De acuerdo a Méndez, Piri y Hernández (2004), los juegos cooperativos se definen como actividades lúdicas, las cuales demandan de los jugadores una forma de actuación orientada hacia grupos en la que cada participante colabora con los demás para la consecución de un fin común.

Méndez, Piri y Hernández

(2004), mencionan que Orlick, es un referente obligatorio en lo que respecta a juegos cooperativos y que él enumera algunas características básicas de estas actividades lúdicas como son:

- ***Liberados de competir.*** Se libera a los jugadores de superar a los demás y se crea así una mayor oportunidad por mantener interacciones positivas.

- ***Liberados para crear.*** La estructura cooperativa del juego determina un fin común por los participantes pero no indican un camino para conseguirlo. Son de opción, de este modo se pueden buscar diversas alternativas en la resolución de cada problema. Desarrollan creatividad, al buscar soluciones a nuevos problemas.

- ***Liberados de exclusión.*** En los juegos cooperativos no hay exclusión, permite al niño fallar pero tiene la oportunidad de corregir. Al seguir jugando continua experimentando y perfeccionando diferentes capacidades.

- ***Liberados de elección.*** El juego cooperativo recoge la posibilidad de poner en marcha la iniciativa individual y está abierto a los deseos de los participantes.

- ***Liberados de agresión.*** El juego demanda colaboración, el resultado se alcanza por unión de esfuerzos y no por oposición, disminuye la aparición de comportamientos negativos.

ELEMENTOS ESENCIALES PARA QUE EL JUEGO COOPERATIVO SEA SATISFACTORIO

Orlick (1997), menciona cuatro elementos esenciales para que un juego cooperativo sea satisfactorio: cooperación, aceptación, participación y diversión.

a) La cooperación, porque está directamente relacionada con la comunicación, la cohesión, la confianza y el desarrollo de las destrezas que conllevan a una interacción social positiva; ya que a través de las aventuras

“Los juegos cooperativos se definen como actividades lúdicas, las cuales demandan de los jugadores una forma de actuación orientada hacia grupos en la que cada participante colabora con los demás para la consecución de un fin común.”



del logro del triunfo o los resultados satisfactorios.

c) *Con la participación*, hay relacionado un sentimiento de pertenencia, que conlleva a una sensación de contribuir en la actividad y que es algo satisfactorio. Al ser eliminado o ignorado el niño se siente rechazado.

d) *La diversión*, porque antes que nada al jugar un niño se debe divertir, en los juegos cooperativos los niños pueden jugar libremente con otros para divertirse, sin temor a equivocarse o a fallar, no hay rechazo y no hay necesidad de destruir. El poder compartir aumenta la experiencia de diversión.

- No suele haber ganadores ni perdedores.

- Sólo se integran los participantes y no se excluyen.

- Se fomenta la participación de todos.

- La ayuda y la cooperación de todos los participantes es necesaria para lograr un fin u objetivo común.

- Se juega con otros y no contra otros.

- Las ambiciones personales no son tan importantes como los objetivos del grupo.

- Cada integrante aporte sus mejores cualidades, habilidades y destrezas para lograr un fin o superar un desafío.

CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS

Omeñaca y Ruiz (1999), definen que el juego cooperativo es buen medio para la educación en valores. Según Giraldo (2005), los juegos cooperativos tienen las siguientes características:

- La diversión es lo primordial y no los resultados.

También Giraldo, menciona que al practicar los juegos cooperativos se elimina o reduce la competitividad y por lo tanto, la agresividad disminuye en los participantes y se mejoran notablemente las relaciones sociales. Lo anterior permite que haya mayor participación, y para aquéllos que no participaban por desconfianza, timidez, inseguridad o algún sentimiento de inferioridad, los juegos cooperativos son una excelente

herramienta de comunicación, pero también con ellos se gana confianza en uno mismo y creatividad porque cada participante aporta lo que considera oportuno.

ACTIVIDADES FÍSICAS COOPERATIVAS

A pesar de ser el juego cooperativo una gran herramienta para que el docente de Educación Física lo utilice en sus sesiones, para Omeñaca, Puyuelo y Ruiz (2001), esto no fue suficiente, ya que consideraron que con los juegos cooperativos no se explora y desarrollan todas las posibilidades de movimiento siendo éste la parte medular de la Educación Física, así que hubo que añadir otras actividades con las que se compartieran mismas filosofías y valores educativos y con esto poder cubrir mayores contenidos de enseñanza relativos al ámbito motor. Partiendo de esa necesidad es que surgen las actividades físicas cooperativas.

Velázquez (2004), recomienda que con el uso moderado de las actividades

físicas cooperativas, se pueda obtener los siguientes beneficios:

- Originar la integración de todos los alumnos en el grupo.
- Incrementar la autoestima en aquellos niños que no tienen una buena percepción de sí mismos.
- Beneficiar conductas grupales, dando mayor valor al trabajo grupal que al individual.
- Despertar el gusto por la actividad física, como una forma saludable de ocupar el tiempo libre.
- Compartir el éxito o el fracaso de alcanzar un objetivo propuesto, asumiendo responsabilidades.
- Descubrir nuevas posibilidades de juego, haciendo a un lado la idea de que solo los juegos competitivos son divertidos.
- Valorar los logros y no el resultado de la actividad física.
- Crear un ambiente agradable en la clase.



CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS NO COMPETITIVAS

Velázquez (2004), realizó una clasificación de las actividades físicas no competitivas. Estas actividades son aquellas que permiten que todos logren su objetivo. No existen ganadores ni perdedores. Todos deben alcanzar su meta.

De acuerdo al tipo de interrelaciones que se establecen entre las acciones de los participantes, se distinguen dos subgrupos: actividades no competitivas con oposición y actividades cooperativas.

a) Actividades no competitivas con oposición. En estas actividades hay oposición entre las acciones de los participantes. Hay de dos tipos pasiva y activa. Pasiva cuando son diferentes

acciones entre los participantes, como lo son los juegos tradicionales. Activa cuando las metas y las acciones de los participantes son diferentes pero las acciones de unos interfieren con las de otros. Como lo son los juegos de persecución, donde hay que cambiar los roles de juego.

b. Actividades cooperativas.

Estas actividades son aquellas en las que todos los participantes tienen una misma meta, no existe oposición entre las acciones de los participantes, independientemente del papel que les toque desempeñar. Hay dos subgrupos de estas actividades: Con objetivo cuantificable y con objetivo no cuantificable.

- ***Con objetivo cuantificable.***

Todos obtienen el mismo objetivo, y es comprobable si se logra o no. El grupo gana si se logra el objetivo y pierde en caso contrario. Hay dos tipos de estas actividades: con puntuación y sin puntuación.

- ***Con puntuación.*** En estas actividades se establece una puntuación que debe lograr todo el grupo de acuerdo

a su desempeño. La meta es lograr el mayor número de puntos y se define de acuerdo transcorre la actividad.

- ***Sin puntuación.*** En estas actividades se trata de superar retos o pruebas.

- ***Con objetivo no cuantificable.*** Estas actividades son aquellas en las que no se puede conocer si se logra el objetivo o no; son los participantes quienes establecen sus papeles y no las situaciones del juego.

De estas actividades encontramos una gran variedad como lo son: las de imitación, las de vértigo, de mantener un objeto en movimiento y las de reproducción de secuencias rítmicas.

ESTRUCTURAS DE APRENDIZAJE COOPERATIVO

Velázquez (2004), define las estructuras de aprendizaje cooperativo como la combinación de acciones y medidas que se seguirán para llevar a cabo el hecho educativo.

Algunas estructuras de aprendizaje fueron diseñadas solo para el área de

Educación Física y algunas adaptadas de otras asignaturas.

Velásquez (2004), alude que el docente de educación física que decida utilizar la metodología cooperativa procurará básicamente que sus alumnos:

- a) Alcanzen metas de aprendizajes de un área establecida.
- b) Sean referentes de aprendizaje entre sus compañeros.
- c) Se presten ayuda mutuamente, busquen juntos soluciones constructivas a los conflictos de grupo que se les presenten.
- d) Asuman los compromisos y responsabilidades del trabajo en equipo.
- e) Desarrollen habilidades sociales y fomenten valores.

DESAFÍOS FÍSICOS COOPERATIVOS

Dentro de lo más novedoso que encontramos en la metodología cooperativa para la Educación Física están los desafíos cooperativos que Velásquez (2006), define como actividades físicas

cooperativas de objetivo cuantificable, diseñadas en forma de reto grupal, las cuales el grupo debe solucionar, adecuando sus acciones a las características individuales de todos y cada uno de los participantes. Son actividades conformadas por situaciones de aprendizaje, con cierto grado de dificultad y que requiere forzosamente de la cooperación para lograrlo.

Presentadas las actividades como un conjunto de retos a superar provoca en los alumnos la sensación de desafío, integrando a todo el grupo, ya que todos deben participar y lograr los objetivos, en cada una de las acciones.

Continuando con Velásquez el considera que para llevar a cabo los desafíos físicos cooperativos se debe contar con tres componentes esenciales:

- **Conceptual**, el reto que todos deben superar y las soluciones viables para lograrlo.
- **Motriz**, el cómo se van a llevar a cabo las acciones y las necesidades motrices que se requieren para que todos puedan lograr el objetivo del reto.
- **Afectivo-relacional**, En relación a los sentimientos del grupo,

a las relaciones afectivas, pueden ser determinantes para superar o no el reto.

En nuestras sesiones deben incluirse a todos los alumnos, los beneficios de los desafíos físicos cooperativos deben ser para todos. Los participantes deberán prestar ayuda a quienes así lo requieran.

Velázquez (2006) divide dos tipos de desafíos físicos cooperativos de acuerdo al número de participantes involucrados en un mismo reto, los desafíos en pequeño grupo donde participan de 5 a 10 personas y los desafíos en gran grupo conformado por todo un grupo.

Velázquez menciona cuatro tipo de desafíos, que el docente puede utilizar según sea el hecho educativo.

- **Desafíos de aventura:** Basados en riesgos subjetivos con mucha creatividad y motivación, se presentarán a los alumnos situaciones imaginarias que requieren de la colaboración del grupo para lograr el reto.

- **Desafíos de creatividad:** Es presentar al grupo un conjunto de retos y motivarlos para que sean capaces de lograrlos, de acuerdo a su imaginación.

- **Desafíos de entrenamiento:** Las soluciones que aporte todo el grupo deben llevarse a cabo para lograr superar el reto siempre y cuando se respeten las reglas del desafío.

- **Desafíos reales:** Todos los mencionados anteriormente pueden considerarse como desafíos reales. Sean o no superados los retos.

Cualquiera que sea el desafío físico cooperativo que determine el docente, es muy importante que se superen todos los retos, así como la participación de los alumnos.



SEGUNDA PARTE APOYO PRÁCTICO

- *Actividades físicas cooperativas*
- *Desafíos físicos cooperativos*
- *Dinámicas Cooperativas*
- *Estructuras*
de aprendizaje cooperativo
- *Juegos cooperativos*

ACTIVIDADES FÍSICAS COOPERATIVAS

1.- COMPARTIMOS IDEAS



Nos movemos como.....cada niño propone un animal, un personaje de ficción, etc. y todos los participantes se desplazan según las propuestas. ¿Qué tal si lo hacemos ahora por parejas? ¿Qué partes utilizamos en cada caso? ¿Qué articulaciones utilizamos en cada desplazamiento?

2.- EL NUDO



Los niños se colocan en pequeños grupos formando círculos, con los ojos cerrados avanzan hacia el centro, cuando se juntan, se agarran de las manos de quien encuentran, ya sea o no un compañero contiguo; en ese momento los participantes abren los ojos e intentan deshacer el nudo sin soltarse de las manos. Todo el grupo coopera para conseguir el objetivo de la actividad. ¿Nos atrevemos hacerlo con todo el grupo? ¿Qué articulaciones utilizamos en cada desplazamiento?



3.- EL PUENTE COLGANTE

Material: Bancas

Se coloca una larga fila de bancas (puente colgante), los niños se dividen en dos grupos, se colocan en ambos extremos. Los dos grupos avanzan simultáneamente y en sentidos contrarios por el puente colgante. Todos han de coordinar sus movimientos para conseguir que ambos grupos lleguen hasta el otro extremo del puente colgante. ¿Qué han hecho para mantener el equilibrio? ¿Han ayudado o han recibido ayuda para lograrlo?



4.- PASAR LA BARCA CON BALÓN

Material: Cuerdas y balones

Una pareja toma la cuerda por sus extremos. Los demás en parejas se toman de la mano. La pareja que sostiene la cuerda la mueve hacia ambos lados, cerca del piso, adaptando el ritmo a la demanda de sus compañeros. La pareja cada integrante con un balón avanzarán, sin soltarse botando el balón, en trayectoria perpendicular a la cuerda y la saltarán. Los roles se cambian periódicamente.

5.- CADA UNO CON SU GLOBO



Material: *Un globo por alumno.*

¿Puedes inflar tu globo? Si no es así pide ayuda. El maestro o un compañero te puede decir cómo se infla. Una vez que el globo está inflado lo dejamos volar mientras pierde el aire. Podemos repetir la actividad varias veces.

6.- EXPLORAMOS Y COMPARTIMOS NUESTRAS IDEAS



¿Con qué partes del cuerpo podemos tocar el globo? Los alumnos van sugiriendo y experimentando en pequeños grupos. ¿Somos capaces de hacer algo más (tocar el suelo, dar palmadas, tocar el pie de un compañero, dar un giro, intercambiar lugares con los compañeros...) mientras el globo está en el aire?



7.- BUSCAMOS SOLUCIONES

Por parejas, golpeamos hacia arriba nuestro globo y corremos para recoger el de nuestro compañero antes de que caiga. Mientras él hace lo mismo. ¿Con qué partes del cuerpo hemos golpeado el globo? ¿Qué tenemos que hacer para que ninguna de los dos globos caiga al suelo?



8.- EL SOL

Nos colocamos por parejas, de espaldas al compañero y mantenemos un globo entre las espaldas de ambos. Nos desplazamos por el espacio sin perder contacto con el globo. ¿Han probado llevando el globo en contacto con otras partes del grupo? Si el globo cae al suelo, otros compañeros pueden ayudar a colocarlo.

9.- EL GLOBO NOS UNE



Sin que ninguno de los miembros de la pareja pierda el contacto con el globo, cambiamos de posición. Nos podemos sentar, acostar, arrodillar.... ¿En qué posturas ha sido fácil y en cuáles difícil?

10.- SOPLANDO

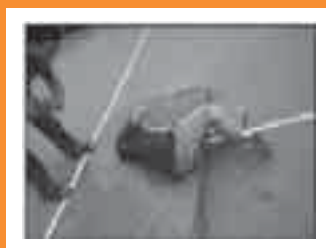


En pequeños grupos formamos un círculo. Acostados en el suelo, tratamos de elevar un globo soplando todos a la vez. Después se puede intentar por parejas.



11.- RODAR EL GLOBO

En cada pareja, uno de los participantes rueda con suavidad el globo por las partes del cuerpo del compañero que éste le va nombrando.



12.- BUSCAMOS SOLUCIONES Y LAS PONEMOS EN PRÁCTICA

Material: Colchonetas

Por parejas. ¿Cómo podemos rodar por la colchoneta, sin perder el contacto con nuestro compañero? ¿Nos atrevemos a intentarlo en grupos de tres personas? ¿Con cuantas personas más podemos intentarlo, sin soltarnos?

13.- RUEDO EL TRONQUITO



Por parejas, uno de los niños acostado sobre la colchoneta como si fuera un tronco. El compañero lo hará rodar hasta el otro extremo de la colchoneta.

14.- EL TRONCOMÓVIL



Se colocan los niños acostados en las colchonetas, uno enseguida de otro, uno de ellos se coloca sobre las espaldas de sus compañeros, todos rodarán transportando a su compañero a un extremo de la colchoneta, para después pasar a formar parte del troncomóvil.



15.- EXPLORAMOS Y COMPARTIMOS NUESTRAS IDEAS

Material: Hojas de papel periódico y aros.

Proporcionamos a cada niño un trozo de papel de periódico. Podemos colocarlo sobre distintas partes del cuerpo y avanzar sin que el papel caiga. ¿Qué partes del cuerpo hemos utilizado?



16.- EL ESCUDO

Los alumnos se agrupan por parejas. Cada uno lleva una hoja de periódico sobre el pecho. Se desplazan después por el terreno de juego, tomado de la mano del compañero y procurando que la hoja no caiga (sin sujetarla con las manos). Las parejas se pueden unir formando cuartetos, sextetos.... ¿Qué posiciones son buenas para que no caiga el papel?

17.- FRENTE A FRENTE



Los niños colocados por parejas transportan una bola de periódico sobre una hoja coordinando sus acciones para que la bola no caiga y la hoja no se rompa. Pueden arrollidarse, sentarse, acostarse.... ¿Qué posiciones han utilizado? ¿Qué tal si ahora vamos transportando varias bolas de papel hasta meterlas dentro de un aro?

18.- GIRANDO EL ARO



Material: Aros

¿De qué manera podemos hacer girar el aro? Cada participante propone una idea. ¿Han probado a pasar uno o varios aros a un compañero?



19.- LA CORONA

Los participantes, en pequeños grupos, se colocan en círculo y se ponen un aro sobre sus cabezas. Sin tocar el aro con las manos se desplazan por el espacio. Sin el aro cae, otro grupo puede ayudar recogiéndolo del suelo y colocándolo sobre sus compañeros de juego. ¿Han probado colocarlo sobre otras partes del cuerpo y a utilizar otros desplazamientos? ¿Pueden hacerlo con más aros?



20.- AROS PARA TODOS

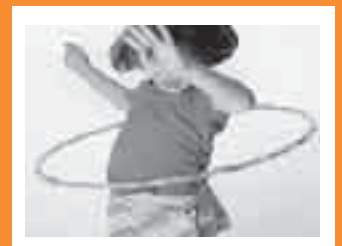
Los niños en pequeños grupos, se sientan formando un círculo. Los aros se colocan en el centro. Cada niño toma con los pies un aro sosteniéndolo en el aire, sin ayuda de sus manos. Cuando un grupo termina, acude a ayudar a los otros grupos.

21.- CÍRCULO DE AROS



El grupo, forma un círculo, cada integrante con un aro en la mano, mismo que a la señal harán rodar a la vez que atrapan alguno de sus compañeros. La actividad termina cuando ningún aro cae al piso.

22.- AROS MÓVILES



Se forman pequeños grupos. Los participantes de cada grupo se colocarán dentro del aro desplazándose en diferentes direcciones. ¿De qué otra manera nos podemos desplazar? ¿En qué otras partes del cuerpo podemos colocar el aro que permita desplazarnos?



23.- AROS AL AIRE

Se divide el grupo en dos y son separados por una línea, a la señal lanzarán el aro hacia arriba y correrán al lado contrario, tratando de atrapar uno de los aros de sus compañeros.



24.- LOS AROS MUSICALES

Material: Aros y música

Al ritmo de la música, cada participante intentará pasar el aro a un compañero, al mismo tiempo que a él otro compañero se lo pasa.

25.- PÁSAME EL BALÓN



Material: Balones

En pequeños grupos, los participantes patearán su balón, pasándolo a un compañero, a la vez que recibe otro, se repetirá la actividad varias veces. ¿De qué otras maneras podemos pasar el balón? ¿Lo intentamos por parejas?

26.- CHÓCALA



Por parejas frente a frente, cada participante con un balón. Lanza los balones hacia arriba, chocan las palmas de las manos y atrapan los balones. ¿Qué otra cosa podemos hacer, mientras el balón está en el aire? ¿Lo intentamos todo el grupo?



27.- A TODA MÁQUINA

Los participantes cada uno con un balón, se distribuyen en dos grupos separados ambos por una línea central. A la señal lanzaran arriba el balón y saldrán corriendo hacia el lado opuesto con el propósito de atrapar los balones antes de que caigan al suelo. ¿De qué otras maneras podemos desplazarnos?



28.- EL BOTE AMIGO

Por parejas, tomados de una mano, el balón en la mano libre. Botan el balón desplazándose por la cancha sin soltarse y sin dejar de botar el balón. ¿De qué otra manera podemos desplazarnos, botando el balón? ¿Intentamos hacerlo todo el grupo juntos?

29.- LA CUERDA



Material: Balones

En pequeños grupos, los participantes patearán su balón, pasándolo a un compañero, a la vez que recibe otro, se repetirá la actividad varias veces. ¿De qué otras maneras podemos pasar el balón? ¿Lo intentamos por parejas?

30.- PASAR EL RÍO



Todos los participantes tendrán una cuerda, y se colocarán en un extremo de la cancha (río caudaloso) podrán pasar del otro extremo solo si lo hacen caminando sobre las cuerdas.



31.- ARRE CABALLO

Por parejas, con una cuerda. Uno de los participantes toma el rol de caballo y el otro de jinete. El caballo va delante tirando de la rienda (cuerda) colocada a la altura de la cintura. Por otro lado, el jinete dando indicaciones sobre la forma de desplazarse o hacia qué lugar dirigirse. ¿Con cuántas personas podemos realizar esta actividad?



32.- TRANSPORTANDO BASTONES

Material: Bastones de madera

Por parejas, ¿De qué manera podemos transportar los bastones sin utilizar las manos? ¿Lo intentamos con dos bastones?

33.- LA BALANZA



Por parejas transportar un bastón con el pie procurando que no se caiga. Si esto sucede, se pedirá ayuda a otra pareja para que recoja el bastón y reanudar la marcha. ¿Podemos intentarlo abrazados? ¿Lograremos hacerlo en cuartetos o más?

34.- EL BASTÓN EN EQUILIBRIO



Por parejas se avanza transportando con dos bastones uno tercero. Si cae al suelo, los integrantes de la pareja la vuelven a colocar sin utilizar para ello las manos.

Material: una cuerda, un obstáculo, gis, dos bancas, un aro y un balón.

Fase de encuentro:

- Saludo individual en la entrada de la clase.
- Saludo colectivo y explicación de lo que se va realizar en la sesión.

Fase de animación:

- Explicación de cómo se van a organizar las sesiones.
- Formación de los grupos de siete u ocho personas que se mantendrán estables durante todas las sesiones de desafíos en pequeños grupos. Es fundamental que estos grupos sean heterogéneos en sexo, etnias, características físicas de sus componentes, etc.
- Reparto de calcomanías a cada grupo.

Fase principal:

Desarrollo en grupos de los desafíos propuestos

1.- DESAFÍO: BAJO LA CUERDA

Disposición inicial:

Se coloca una cuerda en el suelo.

Objetivo:

Todo el grupo debe pasar por debajo de una cuerda de varias formas.

Normas:

- Nadie puede tocar la cuerda con las manos o brazos.
- Todas las personas deben pasar por debajo de la cuerda a cuatro niveles: reptando, en cuadrupedia, de rodillas con el tronco recto y de pie con el cuerpo completamente estirado.
- Hasta que todos los componentes del grupo no hayan pasado de una determinada forma, el grupo no puede pasar al siguiente nivel.

2.- DESAFÍO: BAJARSE DE LAS BANCAS

Disposición inicial:

Se colocan dos bancas separados a una determinada distancia, entre ambas bancas se sitúa un aro. Junto a uno de las bancas hay un balón que bote bien. El grupo comienza el desafío arriba de las bancas.

Objetivo:

Todos los participantes del grupo deben bajarse de las bancas, para ello cada persona debe conseguir que el balón bote dentro del aro.

Normas:

- Antes del reto, el grupo decide cuántas y que personas ocupan cada uno de las bancas.
- Si una persona logra que el balón bote en el interior del aro, puede bajarse de la banca. Si alguien toca el suelo antes de haberlo conseguido, hay que volver a empezar.
- Una persona en el suelo no puede tocar el balón, si lo hace hay que volver a empezar.

3.- DESAFÍO: EL OBSTÁCULO

Disposición inicial:

Se coloca un obstáculo de una determinada altura, a su alrededor, como medida de seguridad, se disponen varias colchonetas.

Objetivo:

Todo el grupo debe pasar por encima del obstáculo sin tocarlo.

Normas:

- Todas las personas que componen el grupo deben superar el obstáculo, pasando por encima de él.
- Nadie puede tocar el obstáculo; si alguien lo hiciera, esa persona y otra que ya estuviera al otro lado deben volver al punto de origen.

4.- DESAFÍO: TRANSPORTE HUMANO

Disposición inicial:

Se trazan dos líneas paralelas en el suelo separadas una determinada distancia.

Objetivo:

Todo las personas del grupo deben ser transportados por sus compañeros desde una línea hasta la otra.

Normas:

- La persona transportada no puede tocar el suelo.
- Todos deben participar en el transporte de los compañeros.
- Cada persona debe ser transportada de un modo diferente.

5.- DESAFÍO: APOYOS

Disposición inicial:

Con gis se delimita una pequeña zona.

Objetivo:

El grupo debe determinar cuál es el mínimo número de puntos que puede obtener en función de las partes del cuerpo que las personas apoyan en el suelo.

Normas:

- Nadie del grupo puede tocar el suelo fuera de la zona marcada.
- Dentro de la zona marcada, solo se puede tocar el suelo con las manos o pies.
- Cada mano que una persona apoya en el suelo supone un punto, cada pie cuatro puntos.
- Para que la puntuación obtenida sea válida el grupo debe mantener la posición mientras cantan una canción corta (unos 15 segundos)
- El grupo puede intentar el desafío todas las veces que quiera hasta que decida que no puede reducir el número de puntos obtenidos.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentario de la sesión. Se insistirá fundamentalmente en el análisis de los problemas surgidos en los grupos: recriminaciones, frustraciones, etc. y en el porqué de esos problemas: ¿Por qué cuando algo no sale como esperamos recriminamos a los demás?, ¿la persona recriminada se siente bien o mal?, ¿eso es beneficioso o es perjudicial para el grupo?, etc.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.
- Saludo y despedida individual.

DESAFÍOS EN PEQUEÑOS GRUPOS II

Material: Bancas, una colchoneta, bastones y cuatro obstáculos.

Fase de encuentro:

- Saludo individual al inicio de la sesión.
- Saludo colectivo y explicación de lo que se va a realizar.

Fase de animación:

- Explicación de cómo se va a organizar la sesión.
- Formación de los grupos de siete u ocho personas que se mantendrán estables durante todas las sesiones de desafíos en pequeños grupos. Es fundamental que estos grupos sean heterogéneos en sexo, etnias, características físicas de sus componentes, etc.
- Reparto de calcomanías a cada grupo.

Fase principal:

Desarrollo en grupos de los desafíos propuestos.

1.- DESAFÍO: ORDEN EN LA BANCA

Disposición inicial:

Todo el grupo se sube arriba de la banca.

Objetivo:

Todo el grupo debe ordenarse arriba de la banca de acuerdo a un criterio establecido: orden de estatura, por fecha de nacimiento, etc.

Normas:

- Nadie puede tocar el suelo, si esto sucediera hay que volver a comenzar.

2.- DESAFÍO: LA JAULA

Disposición inicial:

Se colocan cuatro obstáculos formando un cuadrado. Todo el grupo se sitúa en el interior del cuadrado.

Objetivo:

Todo las personas del grupo deben salir del cuadrado, pasando por encima de las vallas sin tocarlas.

Normas:

- Todas las personas que componen el grupo deben salir del cuadrado pasando por encima de los obstáculos
- Nadie puede tocar los obstáculos; si alguien lo hiciera, esa persona y otra que ya estuviera fuera deben volver al interior del cuadrado.

3.- DESAFÍO: TRANSPORTE CON BASTONES

Disposición inicial:

Se trazan en el suelo dos líneas paralelas separadas por una determinada distancia. Junto a una de las líneas se colocan tantos bastones como personas integren el grupo.

Objetivo:

Todos los participantes del grupo deben ser transportados por sus compañeros desde una línea hasta la otra empleando los bastones disponibles.

Normas:

- La persona transportada no puede tocar el suelo.
- Nadie puede tocar a la persona transportada.
- Todos los compañeros deben participar en el transporte de la persona.
- Cada persona debe ser transportada de un modo diferente

4.- DESAFÍO: LEVANTAR COLCHONETAS

Disposición inicial:

Se coloca una colchoneta en el piso.

Objetivo:

Todos los participantes del grupo deben levantar del suelo la colchoneta, hasta mantenerla apoyada sobre sus cabezas, para hacerlo no se pueden utilizar ni brazos ni piernas

Normas:

- Todos los participantes del grupo deben terminar el desafío de pie, debajo de la colchoneta.
- Nadie puede tocar la colchoneta con las extremidades, únicamente con la cabeza o el tronco.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentario de la sesión. Se insistirá fundamentalmente en el análisis de los problemas surgidos en los grupos.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.
- Saludo y despedida individual.

DESAFÍOS EN PEQUEÑOS GRUPOS III

Material: Gis, colchonetas, aros, bastones, cuerdas bases para bastones y conos.

Fase de encuentro:

- Saludo individual al inicio de la clase.
- Saludo colectivo y explicación de lo que se va a realizar.

Fase de animación:

- Explicación de cómo se va a organizar la sesión.
- Formación de los grupos de siete u ocho personas que se mantendrán estables durante todas las sesiones de desafíos en pequeños grupos. Es fundamental que estos grupos sean heterogéneos en sexo, etnias, características físicas de sus componentes, etc.

Fase principal:

Desarrollo en grupos de los desafíos propuestos.

1.- DESAFÍO: LA PLATAFORMA

Disposición inicial:

Se coloca una colchoneta en el piso.

Objetivo:

El grupo debe determinar cuál es el número máximo de personas que pueden subir encima de la colchoneta sin que ésta toque el suelo, y sean transportados a un punto determinado.

Normas:

- Una vez arriba la colchoneta no puede tocar el piso, si esto sucediera hay que volver a comenzar.
- Todos deben participar en el transporte de personas así como en ser transportados.

2.- DESAFÍO: EL ARO DE FUEGO

Disposición inicial:

Se coloca un aro verticalmente en el piso, para conseguirlo se puede sujetar con unas cuerdas amarradas de unos bastones con sus respectivas bases. Todo el grupo se coloca a un lado del aro. Como medida de seguridad se colocan en suelo varias colchonetas.

Objetivo:

Todo las personas del grupo deben atravesar el aro sin tocarlo y pasar al otro lado.

Normas:

- Todas las personas deben pasar de un lado al otro atravesando el aro.
- Nadie puede tocar el aro; si alguien lo hiciera, esa persona y otra que ya estuviera fuera deben volver a su posición inicial.

3.- DESAFÍO: EL PUENTE MINADO

Disposición inicial:

Con gis se delimita un espacio rectangular de unos diez metros de largo y uno de ancho, sobre él se coloca varios conos. Todos los participantes se colocan detrás de uno de los lados estrechos del rectángulo, la orilla de salida.

Objetivo:

Todos los participantes del grupo deben ir desde una orilla hasta la otra, sin salirse del rectángulo y sin tocar ningún cono.

Normas:

- Todos los participantes deben cruzar el rectángulo yendo desde la orilla de partida hasta la llegada. Nadie puede, por tanto, rodearlo.
- La persona que pisa en el interior del rectángulo debe ir con los ojos cerrados hasta que llegue a la orilla de llegada.
- Nadie puede tocar ninguno de los conos dispuestos en el interior del rectángulo, si lo hiciera debe regresar a la orilla de partida y el grupo se anota una penalización.
- Si el grupo acumula cinco penalizaciones, una persona que ya estuviera en la orilla de llegada debe regresar al punto de partida.

4.- DESAFÍO: LA TRAMPA

Disposición inicial:

Con gis se traza una línea en el piso. Desde esa línea se disponen en el piso, formando una fila, tantos aros como personas integren el grupo.

Objetivo:

El grupo tiene que situar a una persona en cada uno de los aros, sin que dos personas puedan pisar el mismo aro, ocupado o no, hasta el final del desafío.

Normas:

- Nadie puede pisar fuera de los aros, salvo en el lugar designado como orilla de partida.
- Dos personas no pueden pisar al mismo tiempo un aro.
- Si una persona pisa dentro de un aro no puede pisar otro.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentario de la sesión. Se insistirá fundamentalmente en el análisis de los problemas surgidos en los grupos.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.
- Saludo y despedida individual.

DESAFÍOS EN PEQUEÑOS GRUPOS IV

Material: Colchonetas, bastones con sus bases, cuerdas, una pelota gigante, bancas y gis.

Fase de encuentro:

- Saludo individual al inicio de la clase.
- Saludo colectivo y explicación de lo que se va realizar.

Fase de animación:

- Explicación de cómo se va a organiza la sesión.
- Formación de los grupos de siete u ocho personas que se mantendrán estables durante todas las sesiones de desafíos en pequeños grupos. Es fundamental que estos grupos sean heterogéneos en sexo, etnias, características físicas de sus componentes, etc.

Fase principal:

Desarrollo en grupos de los desafíos propuestos.

1.- DESAFÍO: LAS NUEVE PUERTAS

Disposición inicial:

Con cuerdas y bastones en sus bases correspondientes, se fabrica una red con nueve huecos. En el piso se colocan varias colchonetas como medida de seguridad.

Objetivo:

Las ocho personas que integran el grupo deben pasar del otro lado de la red, cada una por un hueco diferente. A continuación todas deben volver al punto de partida cruzando a través del hueco que no han utilizado.

Normas:

- Cada persona debe cruzar la red por un hueco diferente.
- Hasta que todas las personas estén del otro lado de la red, nadie puede regresar al punto de partida.
- Nadie puede tocar las cuerdas que forman la red. Si esto sucede, esa persona inicia el reto otra vez.

2.- DESAFÍO: EL BALÓN IMPOSIBLE

Disposición inicial:

Se trazan en el piso dos líneas paralelas separadas a una determinada distancia. Junto a una de las líneas se coloca una pelota gigante.

Objetivo:

El grupo debe transportar la pelota gigante desde la línea e partida a la de llegada sin que la pelota toque el suelo.

Normas:

- La pelota no puede tocar el suelo en el espacio comprendido entre la línea de partida y la de llegada.
- Solo se puede tocar la pelota gigante con la cabeza o el tronco.
- Una persona que esté en contacto con la pelota no puede desplazarse aunque sí puede ser desplazada.
- Si se incumple cualquiera de las normas anteriores hay que volver a empezar.

3.- DESAFÍO: TRANSPORTE DE LA BANCA

Disposición inicial:

Se trazan en el piso dos líneas separadas a una determinada distancia. Junto a una de las líneas se coloca una banca, tres bastones y dos cuerdas.

Objetivo:

El grupo debe transportar la banca desde la línea de partida hasta la llegada sin tocarla y sin que toque el suelo.

Normas:

- Nadie puede tocar la banca ni los bastones en el espacio comprendido entre la línea de partida y la de llegada.
- Ni los bastones ni la banca pueden tocar el suelo en el espacio comprendido entre la línea de partida y la de llegada.
- Si se incumple cualquiera de las normas anteriores hay que volver a empezar.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentario de la sesión. Se insistirá fundamentalmente en el análisis de los problemas surgidos en los grupos.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.

DESAFÍOS EN GRAN GRUPO I

Material: *Gis, una colchoneta para cada siete u ocho personas y veinte personas.*

Fase de encuentro:

- Saludo individual en la entrada de la clase.
- Saludo colectivo y breve explicación de lo que se va realizar en la sesión.

Fase de animación:

- Exposición del primer desafío físico cooperativo en gran grupo, el docente intentará crear un ambiente simbólico de aventura. “Estamos en la selva, tienen que cruzar un río con pirañas hambrientas, rodeado de un precipicio, contamos con varios barcos, etc.”
- Aclaración de dudas y algunos pequeños consejos relacionados con el trabajo en grupo pero sin dar ninguna indicación de cómo resolver el problema que se plantea.

Fase principal:

Desarrollo en gran grupo de los desafíos propuestos

1.- DESAFÍO: CRUZAR EL RÍO

Disposición inicial:

Se traza un rectángulo de unos quince metros de largo y siete de ancho. Todo el grupo se coloca detrás de uno de los lados cortos del rectángulo junto a unas colchonetas (una por cada siete u ocho personas)

Objetivo:

Todo el grupo debe cruzar de un lado a otro del rectángulo sin que nadie toque el suelo.

Normas:

- Nadie puede tocar el piso entre la orilla de partida y la de llegada.
- El camino entre las dos orillas debe hacerse por el interior del rectángulo. No está permitido por tanto, que una colchoneta traspase las líneas laterales del rectángulo.
- Si se incumple cualquiera de las reglas anteriores, la colchoneta más adelantada se sitúa como la más atrasada y el grupo se anota un error. Si el grupo acumula tres errores debe comenzar otra vez.
- Desde que una persona del grupo llega a la orilla final hasta que el resto de sus compañeros lo hagan no puede pasar más de medio minuto. Si se supera ese tiempo, el desafío no se considera válido y hay que volver a comenzar.
- Saludo y despedida individual.

2.- DESAFÍO: CRUZAR EL RÍO MINADO

Disposición inicial:

Se traza un rectángulo de unos quince metros de largo y siete de ancho. Por el interior del mismo el profesor reparte 20 conos. Todo el grupo se coloca detrás de uno de los lados cortos del rectángulo junto a unas colchonetas (una por cada siete u ocho personas)

Objetivo:

Todo el grupo debe cruzar de un lado a otro del rectángulo sin que nadie toque el suelo y sin tocar ninguno de los conos.

Normas:

Las normas son las mismas que en el desafío anterior a las que hay que añadir:

- Si alguna persona o colchoneta toca un cono, el cono se retira pero la colchoneta más adelantada se sitúa como la más retrasada y el grupo se anota un error.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentarios acerca de la clase. Se debe insistir en que los alumnos comparen los desafíos realizados en gran grupo con los realizados en grupos pequeños. Analizar los conflictos surgidos en cada uno de ellos y las soluciones que se tomaron.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.
- Saludo y despedida individual.

DESAFÍOS EN GRAN GRUPO II

Material: *Una silla por participante, papeles con el nombre o dibujo de animales.*

Fase de encuentro:

- Saludo individual en la entrada de la clase.
- Saludo colectivo y breve explicación de lo que se va realizar en la sesión.

Fase de animación:

• Juego: El lago encantado

Se disponen todas las sillas disponibles juntas las unas de las otras y se informa a los participantes de que están en un lago encantado que no pueden pisar. Su objetivo es moverse libremente pisando en las piedras (sillas) del lago. Si alguien cae se transforma en estatua y permanece así, hasta que otra persona lo rescate con un abrazo.

Durante el juego puede haber “encantamiento” tales como quedarse ciego, ir por parejas de las manos, etc., que obliguen a una mayor cooperación interpersonal.

T Fase principal:

Desarrollo en gran grupo de los desafíos propuestos.

1.- DESAFÍO: INUNDACIÓN EN LA GRANJA

Disposición inicial:

Los alumnos se encuentran dispersos por la cancha, cada uno arriba en una silla diferente. El profesor da a cada niño un papel donde hay dibujado uno de estos animales: gato, perro, oveja o vaca. No es necesario que haya el mismo número de personas representando a cada animal. Se designa cada una de las esquinas de la cancha como la casa de los gatos, de los perros, de las ovejas y de las vacas.

Objetivo:

El grupo debe conseguir que todos los animales regresen a sus correspondientes casas sin tocar el piso.

Normas:

- Nadie puede tocar el piso hasta que llega a su casa correspondiente. Si esto sucede la persona que tocó el piso vuelve con su silla al punto de la cancha donde inicio el desafío.

2.- DESAFÍO: ORDEN EN LA FILA

Disposición inicial:

Los alumnos inician el desafío en el lugar donde terminaron el desafío anterior, cada uno arriba de su silla y formando una fila.

Objetivo:

El grupo tiene que ordenarse de acuerdo al número que calcen en sus zapatos pero no puede hablar y nadie debe tocar el piso.

Normas:

- Las sillas no pueden moverse.
- Nadie puede tocar el piso hasta que el desafío finaliza. Si esto sucede la persona que tocó el piso vuelve a la silla en que comenzó el desafío y el grupo se anota una penalización.
- Si el grupo acumula cinco penalizaciones a lo largo del desafío, tiene que volver a comenzar.

3.- DESAFÍO: LA FILA

Disposición inicial:

Los alumnos inician el desafío en el lugar donde terminaron el desafío anterior, cada uno arriba de su silla.

Objetivo:

Todo el grupo tiene que conseguir formar una única fila de sillas y terminar cada persona arriba de una silla diferente, sin que nadie toque el piso.

Normas:

Nadie puede tocar el piso hasta que la fila está formada. Si esto sucede la persona que tocó el suelo vuelve con su silla al punto de la cancha donde comenzó el desafío.

Fase de análisis grupal:

- Formamos un círculo con las sillas para realizar comentarios de la sesión.
- Se analizan las conductas individuales y las cooperativas reflexionando sobre cuáles son las más eficaces.
- Recoger las sillas.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión y despedida colectiva.

DESAFÍOS EN GRAN GRUPO III

Material: Gis, una colchoneta para cada siete u ocho personas, veinte conos, insectos de goma y bancas.

Fase de encuentro:

- Saludo individual en la entrada de la clase.
- Saludo colectivo y breve explicación de lo que se va realizar en la sesión.

Fase de animación:

- Aclaración de dudas y algunos pequeños consejos relacionados con el trabajo en grupo pero sin dar ninguna indicación de cómo resolver el problema que se plantea.

Fase principal:

Desarrollo en gran grupo de los desafíos propuestos.

1.- DESAFÍO: CRUZAR EL GRAN RÍO MINADO

Disposición inicial:

Se traza un rectángulo de unos quince metros de largo y siete de ancho, dividido en dos mitades por una línea central. Sobre la línea se colocan varias bancas juntas. Por el interior del rectángulo el profesor reparte unos veinte conos. Todo el grupo inicia el desafío detrás de uno de los lados cortos del rectángulo junto a unas colchonetas (una por cada siete u ocho personas)

Objetivo:

Todo el grupo debe cruzar de un lado a otro del rectángulo sin que nadie toque el suelo.

Normas:

- Nadie puede tocar el suelo entre la orilla de partida y la de llegada.
- El camino entre las dos orillas debe hacerse por el interior del rectángulo. No está permitido por tanto, que una colchoneta traspase las líneas laterales del rectángulo.
- Si se incumple cualquiera de las reglas anteriores, la colchoneta más adelantada se sitúa como la más atrasada y el grupo se anota un error.
- Si alguna persona o colchoneta toca un cono, el cono se retira pero la colchoneta más adelantada se sitúa como la más retrasada y el grupo se anota un error.
- Si alguna persona o colchoneta toca la parte superior de las bancas, la colchoneta más adelantada se sitúa como la más retrasada y el grupo se anota un error.
- Si el grupo acumula tres errores debe comenzar otra vez el desafío.
- Desde que una persona del grupo llega a la orilla final hasta que el resto de sus compañeros lo hagan no puede pasar más de medio minuto. Si se supera ese tiempo, el desafío no se considera válido y hay que volver a comenzar.

2.- DESAFÍO: BICHOS

Disposición inicial:

A la disposición inicial del reto anterior se le añade que el profesor añade por el rectángulo insectos de goma. El número de insectos de goma será igual al número de jugadores más cinco.

Objetivo:

Todo el grupo debe cruzar de un lado a otro del rectángulo sin que nadie toque el suelo y sin tocar ninguno de los conos de modo que, durante el trayecto, cada persona rescate un bicho de los depositados en el rectángulo.

Normas:

Las normas son las mismas que en el desafío anterior a las que hay que añadir:

- Cada persona solo puede tocar un bicho, salvo que lo pierda de acuerdo con la regla siguiente.
- Cada vez que el grupo comete un error, una persona debe entregar un bicho rescatado. Como hay cinco bichos más que el número de jugadores, el grupo no puede cometer más de cinco errores durante el desafío.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentarios acerca de la clase. Se debe insistir en que los alumnos comparen los desafíos realizados en gran grupo con los realizados en grupos pequeños. Analizar los conflictos surgidos en cada uno de ellos y las soluciones que se tomaron.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.
- Saludo y despedida individual.

DESAFÍOS EN GRAN GRUPO IV

Material: Gis, balones, objetos de desecho y tres bolsas (amarillo, azul y verde).

Fase de encuentro:

- Saludo individual en la entrada de la clase.
- Saludo colectivo y breve explicación de lo que se va realizar en la sesión.

Fase de animación:

- Crear un ambiente de aventura. “Estamos en un lago contaminado como consecuencia de los residuos que el hombre ha esparcido en él. Los peces están a punto de morir, solo ustedes podrán salvarlo y además reciclar toda la basura acumulada en el lago para que resulte productiva: ¡Pueden conseguirlo!

Fase principal:

Desarrollo en gran grupo de los desafíos propuestos.

1.- DESAFÍO: EL LAGO CONTAMINADO

Disposición inicial:

Con gis se delimita un área amplia en la cancha, que será el lago. En el interior del lago, se depositan diferentes objetos: pequeñas cajas de cartón, botellas de plástico, latas, vasos de yogur, etc. todo el grupo se coloca fuera del área delimitada. El grupo dispone de varios balones (aproximadamente un balón para cada tres personas)

Objetivo:

El grupo debe sacar todos los objetos del lago sin que nadie pise dentro de él.

Normas:

- Nadie puede tocar el área del lago; si alguien lo hace el grupo se anota un error y debe volver al lago uno de los objetos que ya tuviera fuera.
- Si el grupo acumula cinco errores debe volver a comenzar el reto.

Fase de análisis grupal:

- Recoger el material.
- Comentarios acerca de la clase.
- Reciclaje: El profesor debe explicar la importancia de reciclar los productos de desecho y las ventajas que de ello supone para la naturaleza. Muestra las bolsas de colores y explica que en la bolsa amarilla se pueden colocar los objetos de plástico, en la azul los papeles y el cartón y en la bolsa verde los objetos metálicos como las latas y las fichas.
- A continuación el grupo procederá a colocar los objetos que saco del lago a las bolsas que corresponden según el color indicado en la explicación anterior.

Fase de despedida:

- Introducción al trabajo de la próxima sesión.
- Despedida colectiva.
- Saludo y despedida individual.

1 .- ACLARACIÓN DE VALORES

OBJETIVOS:

- Demostrar que los valores varían de acuerdo con las personas.
- Concientizar a los miembros participantes sobre el problema de los valores diferentes.

TIEMPO:

Duración: 28 Minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

10 participantes.

LUGAR:

Amplio espacio. Una sala suficientemente amplia con sillas, para acomodar a todos los miembros participantes.

MATERIAL:

Fácil Adquisición

Papel en blanco, lápiz o bolígrafo.

Hoja con tres frases.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor explica al comienzo el ejercicio, y a continuación distribuye una hoja con frases a cada miembro, para que pueda escoger la más importante entre las tres. Las tres frases pueden ser; por ejemplo:

1.- ACLARACIÓN DE VALORES

Cont. 1

- Ser generoso con las demás personas.
 - Ser su propio jefe.
 - Tener amigos comprensivos.
- Hecha la elección, se forman subgrupos, juntándose los miembros de acuerdo con la elección hecha. Aquellos que escogieron, por ejemplo, la primera frase como más importante, discutirán las razones que tuvieron para hacerlo, Así se forman subgrupos semejantes, para cada frase.
- Después de unos diez minutos de discusión se forma la plenaria, para exponer a todos los participantes las razones de la elección de tal o cual frase.
- Al final, habrá tiempo para opiniones sobre la experiencia vivida en el ejercicio.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

2.- ALTO Y SIGA

OBJETIVOS:

- Ilustrar las características de la competencia (Ganar-Perder).
- Ilustrar las características de la competencia (Ganar -Perder) y de la colaboración (Ganar-Ganar).
- Ilustrar las consecuencias de interponer los intereses personales a los del grupo.

TIEMPO:

Duración: 45 Minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

limitado. Dividido en 4 subgrupos

LUGAR:

Aula especial. Un salón amplio bien iluminado acondicionado sin mobiliario para que los participantes puedan moverse libremente.

MATERIAL:

Sencillo

Distintivos para diferenciar a los distintos subgrupos (gafetes de colores, pañoletas, camisetas, etc.)

2.- ALTO Y SIGA

Cont. 2

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor solicita dos voluntarios para desempeñar los papeles de policía y vigilante. Al resto de los participantes los divide en cuatro grupos con el mismo número de personas.
- El Instructor solicita a los participantes se pongan de pie y coloca a los grupos lo más separados posibles unos de otros, representando los puntos cardinales. Ejemplo: el subgrupo Norte frente al subgrupo Sur; el subgrupo Este frente al subgrupo Oeste.
- El Instructor indica a los participantes que la cuenta de tres, los subgrupos deberán intercambiarse de sitio; los que están al Norte, con los del Sur, y los del Este con los del Oeste. Ganará el subgrupo que llegue primero con el mayor número de sus integrantes. Así mismo, indica al policía que en cualquier momento puede dar la voz de ¡Alto! y todos deberán parar inmediatamente. Aquellos que no lo hagan quedarán fuera del juego y significarán bajas para su subgrupo.
- El policía y el vigilante decidirán quienes son los que no obedecieron la voz de ¡Alto! Una vez hecho esto, el policía da la voz de ¡Siga! y continúa la carrera.
- El Vigilante hace el papel de juez para declarar los ganadores.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

3.- ALZA EL VUELO

OBJETIVOS:

- Vivenciar el trabajo en subgrupo
- Levantar el ánimo en un grupo cansado o desganado
- Analizar los efectos de la competencia (ganar-perder) en las actitudes y sentimientos

TIEMPO:

Duración: 30 Minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado

LUGAR:

Al Aire libre. Un lugar lo suficientemente grande para que los participantes se muevan libremente o un lugar aislado como un jardín

MATERIAL:

Ninguno

3.- ALZA EL VUELO

(Cont. 3)

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor divide a los participantes en subgrupos.
- El Instructor indica a los subgrupos que seleccionen un nombre para identificarse y elaboren una lista con el nombre de todas las personas que integran a su subgrupo.
- El Instructor pide a los subgrupos sus listas y nombra a la primera persona que aparece en cada una de las listas. Les menciona que ellos competirán entre sí.
- El Instructor pide a los competidores que se coloquen en línea, de frente al Facilitador. Una vez que todos se encuentran en la posición solicitada, les indica que se arrodillen en el suelo con los brazos extendidos en cruz y con el resto del cuerpo bien derecho. Entonces les explica que la competencia consiste en tratar de impulsarse, con toda la fuerza que tengan, para quedar de pie. Tendrán tres oportunidades de 10 segundos cada una, para lograrlo.
- El competidor que cubra la prueba logrará tantos puntos como veces haya logrado ponerse de pie. (En virtud de que son tres oportunidades, 3 es el máximo de puntos que puede lograr un competidor).
- Al terminar la competencia el instructor registra los puntos logrados por cada subgrupo y llama a las personas cuyo nombre aparece en segundo lugar en la lista y repite la competencia, se continúa de esta manera hasta terminar todos los nombres de las listas.
- Gana el subgrupo que logre más puntos.

4.- CADA CUAL ATIENDE SU JUEGO

OBJETIVOS:

- Experimentar el trabajo en equipo y la necesidad de adaptarse a los demás para poder cumplir una tarea.
- Aceptar los aspectos rechazados de la propia personalidad mediante un juego de roles.

TIEMPO:

Duración: 30 Minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado

LUGAR:

Espacio adicional. Un salón amplio donde los participantes puedan trabajar individualmente sin ser molestados y un espacio suficientemente amplio para presentar una obra de teatro.

MATERIAL:

Sencillo

Hojas de papel y lápiz para cada participante.

DESARROLLO: SIN FORMATO:

- El Instructor indica al grupo que juntos estructurarán una obra de teatro de diez actos. Todo el grupo reunido selecciona el nombre, tema central de la obra y la trama de cada uno de los Diez actos.

4.- CADA CUAL ATIENDE SU JUEGO

(Cont. 4)

- El Instructor solicita a los participantes que cada uno elija un papel dentro de la obra, tratando en lo posible que ese papel sea el más diferente a su propia personalidad
- Una vez terminada la actividad anterior, el Facilitador divide al azar a los participantes entre los Diez actos y les solicita que en forma individual desarrollen, para el acto de la obra que les fue asignado, el guión de su personaje.
- El Instructor solicita a los participantes se reúnan y que se inicie la obra. Cada participante deberá tratar de seguir su guión y al mismo tiempo procurará adaptarse al guión de sus compañeros.
- Al final los participantes que deseen pueden comentar cómo se sintieron desempeñando los papeles correspondientes a su otro yo.
- El Instructor junto con el grupo comentarán la vivencia.
- El Instructor guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

5.- COMBINANDO FALLAS Y LIMITACIONES

OBJETIVOS:

- Promover la autoaceptación reconociendo que todos tenemos fallas y limitaciones.
- Promover la apertura del grupo en el sentido de comunidad y sentimiento grupal.

TIEMPO:

Duración: 35 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

20 Participantes

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes estén cómodos.

MATERIAL:

Sencillo

Una tarjeta de 10 x 5 para cada participante.

Lápiz y Pluma (a todos los mismos colores)

DESARROLLO: SIN FORMATO

- Pedir a los participantes que escriban con letra de molde, en forma de lista y anónimamente, tres de sus fallas o limitaciones, incapacidades o defectos más graves.

5.- COMBINANDO FALLAS Y LIMITACIONES

(Cont. 5)

- Recoger las tarjetas, resolverlas y nuevamente volver a distribuirlas. Cada participante leerá las fallas escritas en la tarjeta como si fueran las suyas, las actuará explicando y exagerándolas, señalando los problemas que le causan y lo que cree que puede hacer para corregirlas. (En caso de que el grupo sea de hombres y mujeres, las tarjetas se repartirán entre personas del mismo sexo).
- Hacer que los participantes, se den cuenta de que sus fallas no son tan terribles y que son compartidas por los otros en el grupo.
- hEl Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

6.- COMO EXPRESO MIS SENTIMIENTOS

OBJETIVOS:

- Experimentar la creatividad e inventiva trabajando en grupo.
- Diagnosticar relaciones de pareja.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado. Dividido en subgrupos de 5 a 6 participantes.

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan trabajar en subgrupos

MATERIAL:

Sencillo. Hojas de papel y lápiz para cada participante.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor pide a los participantes que digan los sentimientos que experimentan con más frecuencia (Tormenta de Ideas). El los anota en hoja de rotafolio. Estos suelen ser: Alegría, Odio, Timidez, Inferioridad, Tristeza, Satisfacción, Bondad, resentimiento, Ansiedad, Éxtasis, Depresión, Amor, Celos, Coraje, Miedo, Vergüenza, Compasión, etc.
- El Instructor integra subgrupos de 5 personas y les indica que cada uno de los miembros deberá expresar a las otras personas tantos sentimientos como pueda (10 minutos).

6.- COMO EXPRESO MIS SENTIMIENTOS

(Cont. 6)

- El Instructor pide a los participantes que digan los sentimientos que experimentan con más frecuencia (Tormenta de Ideas). El los anota en hoja de rotafolio. Estos suelen ser: Alegría, Odio, Timidez, Inferioridad, Tristeza, Satisfacción, Bondad, resentimiento, Ansiedad, Éxtasis, Depresión, Amor, Celos, Coraje, Miedo, Vergüenza, Compasión, etc.
- El Instructor integra subgrupos de 5 personas y les indica que cada uno de los miembros deberá expresar a las otras personas tantos sentimientos como pueda (10 minutos).
- Al terminar de expresar los sentimientos todos los miembros del subgrupo se analizan cuáles son los sentimientos que mejor expresan y en cuales tienen mayor dificultad.
- También se les puede solicitar detectar la postura emocional de la persona con relación a cualquiera de los siguientes modelos:
 - Asertividad: Agresivo, Asertivo y No asertivo
 - Análisis Transaccional: Adulto, Padre y Niño

7.- DECÁLOGO DE MÁXIMAS

OBJETIVOS:

- Identificar valores de un grupo social
- Identificar los valores que un Líder quiere manejar en su equipo.

TIEMPO:

Duración: 45 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

30 participantes. Divididos en subgrupos compuestos por 6 participantes.

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio e iluminado. Acondicionado con mesas y sillas para que los participantes puedan trabajar en subgrupos sin interferencias o distracciones.

MATERIAL:

Sencillo. Hojas de papel y lápiz para cada participante.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor divide al grupo en subgrupos de 6 participantes.
- El Instructor explica a los subgrupos que, cada uno de ellos, deberá confeccionar un decálogo de máximas que se darán como regla de vida a un hijo o hija y/o subordinado y/o alumno, etc.

7.- DECÁLOGO DE MÁXIMAS

(Cont. 7)

- Los subgrupos trabajan en la elaboración del decálogo.
- Al terminar los decálogos, el Facilitador reúne a los participantes en sesión plenaria y solicita a un representante de cada subgrupo que presente su decálogo.
- Cada subgrupo comparte las experiencias que le dejó el ejercicio.
- El Instructor guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

8.- DÉJAME PASAR

OBJETIVOS:

- Vivenciar situaciones, en donde existen objetivos personales en conflicto.
- Analizar cómo afectan las creencias y valores personales en un proceso de integración grupal.

TIEMPO:

Duración: 45 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado. Divididos en subgrupos compuestos por dos participantes

LUGAR.:

Amplio espacio. Un salón amplio y bien iluminado. Acondicionado para que los participantes puedan desplazarse libremente.

MATERIAL:

Ninguno

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor solicita a los participantes se numeren del 1 al 2 y formen parejas, cada pareja deberá colocarse frente a frente a una distancia de aproximadamente 30 centímetros.
- El Instructor explica a los participantes que a una señal, el participante número 1 de cada pareja empujarán al número 2 diciéndole: Déjame pasar porque... (y le da una razón, por ejemplo: quiero hablar por teléfono).

8.- DÉJAME PASAR

(Cont. 8)

- En ese punto se detiene, y es entonces el otro participante quien empuja diciendo lo mismo, pero presentando otra razón. Continúan así por un rato.
- Luego cada participante reflexiona sobre la situación: en qué consiste el problema, que implica un enfrentamiento competitivo, qué otras alternativas pueden imaginar para lograr el objetivo propio pero sin pasar por encima de otro, etc.
- El Instructor guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

9.- DÍAS DE LA SEMANA

OBJETIVOS:

- Concientizar la importancia del trabajo en Equipo.
- Ilustrar las características de la competencia (Ganar -Perder)

TIEMPO:

Duración: 60 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado. Dividido en subgrupos de 9 participantes.

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan moverse libremente.

MATERIAL:

Sencillo

Un juego de cartulinas para cada grupo, en donde aparezcan letras suficientes para formar todas las palabras de los días de la semana distribuidas al azar en tantos sobres como miembros tengan los subgrupos.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor solicita a los participantes se integren en subgrupos, los cuales deberán estar compuestos por el mismo número de personas.
- El Instructor entrega a cada subgrupo un paquete de sobres (conteniendo las letras) para que sean distribuidos entre los miembros del subgrupo.

9.- DÍAS DE LA SEMANA

(Cont. 9)

- El Instructor explica al grupo que cada miembro del subgrupo deberá formar una o varias palabras, de forma tal que el subgrupo conforme un total de siete palabras que tengan relación entre sí. Así mismo les indica que está prohibida la comunicación verbal.
- El subgrupo que forme primero las siete palabras (los días de la semana) será el ganador.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

10.- DIBUJANDO A CIEGAS

OBJETIVO:

- Identificar la necesidad de la participación activa y colaboración de todos los integrantes para obtener buenos resultados en el trabajo en equipo.

TIEMPO:

Duración: 45 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado. Divididos en subgrupos de 3 a 6 participantes.

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado para que los participantes compitan en subgrupos.

MATERIAL:

Fácil Adquisición. Un rotafolio por cada subgrupo. Un plumón para rotafolio por cada subgrupo. Vendas o cualquier material para que los participantes se tapen los ojos.

DESARROLLO:

- El Instructor coloca los rotafolios separados unos de otros. Acto seguido, integra subgrupos de 3 a 6 personas y les indica a cada subgrupo el rotafolio en el cuál trabajarán.
- El Instructor explica a los participantes en qué consiste la Dinámica: “Todos los integrantes de cada subgrupo participarán por turno, dibujando en una hoja de rotafolio con la vista tapada. Cada dibujante agregará otros elementos a los dibujados anteriormente, según lo que indique el instructor”.

10.- DIBUJANDO A CIEGAS

(Cont. 10)

- Mientras participa el primer voluntario, su subgrupo puede orientarlo con aplausos. Cuando dibuje en el lugar correcto, las palmadas serán fuertes. Si está equivocado, las palmadas serán más débiles. Los subgrupos contrarios pueden estorbar la ayuda con silbidos o ruidos.

- El primer dibujante de cada subgrupo se cubre los ojos y comienza a dibujar lo que le señala al instructor. Un ejemplo de las instrucciones del Instructor para el dibujo podrían ser las siguientes:

- ***Primer Dibujante: Dibuja una casa con dos ventanas y una puerta.***
- ***Segundo: Un árbol junto a la casa.***
- ***Tercero: El sol sobre la casa.***
- ***Cuarto: Una vaca detrás de la casa.***
- ***Quinto: La cordillera detrás de la casa.***
- ***Sexto: El papá, la mamá y sus hijos caminando hacia la casa.***

- La dinámica continúa igual hasta que participan todos los integrantes de cada subgrupo.

- Algo muy importante es que el motivo que se dibuja debe ser siempre el mismo para todos los subgrupos. Al final se comparan los dibujos y gana el subgrupo cuyo dibujo es el mejor logrado.

11.- DOS-CUATRO-OCHO

OBJETIVO:

- Incrementar la cohesión e identidad del grupo.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado. Dividido en subgrupos de 8 participantes.

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan trabajar en subgrupos.

MATERIAL:

Ninguno

DESARROLLO: SIN FORMATO

- Se pide que los participantes se enumeren ellos mismos diciendo: “uno, dos, uno, dos” etc., de manera que se formen dos subgrupos grandes.
- Se pide que los que tuvieron el número uno pasen a un lugar del cuarto y a los que tengan el dos al otro lado.
- Cada número uno invita a un dos para formar una pareja. Se les pide que escojan a alguien que no conozcan y en caso de conocer a todos, a alguno que no conozcan bien. Las parejas pasan a un lugar neutro, hasta que todos se hayan formado.

11.- DOS-CUATRO-OCHO

(Cont. 11)

- El Instructor divide a las parejas en dos subgrupos de ocho cada uno, las que coloca en lados opuestos del cuarto.
- Después de una consulta, que no durará más de tres minutos, la pareja de un lado del cuarto invita a una del lado opuesto a formar un cuarteto. Una pareja no puede declinar la invitación a unirse con otra pareja. Una por una, continúan invitándose entre ellos hasta formar los ocho cuartetos.
- Los cuartetos se reúnen entre sí por no más de tres minutos para determinar con cual otro cuarteto les gustaría reunirse.
- Los cuartetos, en forma sucesiva, les piden a otras que se unan con ellas. Las invitaciones pueden declinarse. Si una invitación no se acepta, el siguiente grupo hace su oferta. Esto se continúa hasta que todos los cuartetos han escogido.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

12.- EL ARCA DE NOÉ

OBJETIVOS:

- Identificar valores y creencias personales.
- Descubrir valores grupales y cómo se relacionan con los valores individuales.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

30 participantes. Divididos en subgrupos compuestos por 6 participantes

LUGAR:

Amplio espacio. Salón amplio y bien iluminado y espacio adicional donde los subgrupos puedan trabajar sin ser molestados.

MATERIAL:

Sencillo

Hojas blancas y un lápiz para cada participante.

DESARROLLO:

- El Instructor invita a los participantes a que, en forma individual, elijan que objeto, animal o planta que cada uno llevaría al Arca de Noé para sobrevivir.
- El Instructor forma subgrupos de 6 participantes y les indica que cada uno de los integrantes del subgrupo deberá comentar a sus compañeros el objeto, animal o planta que seleccionó y los motivos por los cuales lo seleccionó.

12.- EL ARCA DE NOÉ

(Cont. 12)

- Terminada la actividad anterior, el Facilitador indica a los subgrupos que cada uno de ellos tiene su propia Arca de Noé, en la cual podrán viajar los objetos, animales o vegetales que seleccionaron individualmente; así como, las nuevas especies que generen y consideren más adecuadas para el futuro.
- El Instructor invita a los subgrupos a que se integren en una sesión plenaria y solicita que nombren un representante para que presente a las especies que viajan en su arca (las seleccionadas y las que generaron) y las razones por las cuales las seleccionaron o las generaron.
- Se comenta en grupo la vivencia experimentada en la Dinámica.
- El Instructor guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

13.- EL DIBUJO ES LA CLAVE

OBJETIVO:

- Integrar rápidamente subgrupos de trabajo.

TIEMPO:

Duración: 5 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado

LUGAR:

Salón de clases. Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado para que los participantes puedan formar subgrupos.

MATERIAL:

Fácil Adquisición

Tarjetas que llevan impreso un dibujo, número o seña. Una por participante. Cada tarjeta estará repetida tantas veces como miembros se desee tengan los subgrupos. Ejemplo: Subgrupo de seis miembros = seis tarjetas repetidas, etc.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor invita a los participantes para que retiren una tarjeta de la caja que ha puesto en el centro del grupo o entrega las tarjetas revueltas para que tomen una y pasen las demás a sus compañeros (Obviamente se pasan del lado que no aparece el dibujo para que no lo vean los participantes).

13.- EL DIBUJO ES LA CLAVE

(Cont. 13)

- Una vez terminada la actividad anterior, el Instructor solicita al grupo que se integren en subgrupo con todas aquellas personas que tenga una tarjeta igual a la suya.
- Una vez formados los subgrupos de trabajo se procede a continuar con la siguiente actividad programada por el Instructor.

14.- EL JUEGO DE LAS CUENTAS

OBJETIVOS:

- Analizar las presiones que existen en proceso de competencia.
- Analizar el tipo de emociones que genera ganar y cuáles el perder.

TIEMPO:

Duración: 25 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

25 participantes

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado con mesas de trabajo.

MATERIAL:

Fácil Adquisición

Cordones de aproximadamente un metro de largo, haga un nudo grande al final de cada cordón uno para cada participante.

Cuentas o macarrones.

Reloj despertador.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor les explica a los participantes que es una competencia de ensartar cuentas. El Facilitador coloca un recipiente grande lleno de cuentas sobre la mesa y le da a cada participante un cordón.

14.- EL JUEGO DE LAS CUENTAS

(Cont. 14)

- El Instructor da la señal y los jugadores comienzan a ensartar.
- Después de cinco minutos, el Facilitador grita ¡Alto! (podría también utilizarse un reloj despertador) y todos los participantes dejan de ensartar las cuentas.
- El participante que haya ensartado más cuentas ganará el juego.
- Se premia al ganador.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice:
 - *¿Cómo afecta la presión de tiempo?*
 - *¿Cómo afecta el ver a un compañero con más cuentas ensartadas?*
 - *¿Qué sentimientos provoca el ganar?*
 - *¿Qué sentimientos provoca perder?*

15.- EL NARANJO EN FLOR

OBJETIVO:

- Reconocer los diferentes tipos de criterios que existen de persona a persona.

TIEMPO:

Duración: 45 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado

LUGAR:

Aula normal. Acondicionado de forma tal que no existan ruidos que distraigan a los participantes.

MATERIAL:

Ninguno

DESARROLLO

- El Instructor invita a los participantes a colocarse en forma cómoda, sentada o acostada y relajada.
- El Instructor pide a los participantes que cierren los ojos para evitar estímulos externos y conectarse cada uno con su propio pensamiento.
- El Instructor guía lentamente al grupo:
 - *Imaginen un árbol frutal, imaginen como son: su tronco, las ramas, las hojas, en qué lugar está plantado.*
 - *El árbol florece al llegar la primavera, ¿cómo son sus flores?*

15.- EL NARANJO EN FLOR

(Cont. 15)

- *Eligen una flor y la observan de cerca; ¿cómo es, a que huele, como se siente, cómo va transformándose en fruto?*
- *Imaginen como va cambiando su forma poco a poco, como cambia y aumentan su tamaño.*
- *Veán como se convierte en un hermoso fruto y empieza a madurar, sientan el calor del sol y como va cambiando poco a poco su color en la medida que madura.*
- *El fruto completa su maduración y se siente feliz, quiere desprenderse de la planta que hasta ahora lo sostuvo porque siente que ya no necesita ser alimentado por ella.*
- *El fruto habla con el árbol y le dice que quiere desprenderse, y el árbol se da cuenta que ya no necesita mandarle su sabia.*
- *Se ponen de acuerdo y el fruto se desprende con alegría, cae sobre la hierba y rueda contento de sus nuevas posibilidades, hasta que encuentra su lugar para crecer y desarrollarse.*
- *El árbol ve caer su fruto, ¿qué siente?; ¿Cómo se relaciona con el ahora, como acepta la nueva situación?*
- *Para el fruto es más divertido y sano rodar y encontrar su propio lugar que seguir enganchado a la rama del árbol.*

- El instructor pide a los participantes que abran los ojos.
- El instructor pide a los participantes comenten ante el grupo como se sintieron al hacer dicha dinámica.
- El instructor guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

16.- EL NUDO HUMANO

OBJETIVOS:

- Permite analizar la labor asesora de un individuo frente al grupo.
- Sirve para analizar elementos de comunicación no verbal.
- Propicia la integración de los miembros de un equipo de trabajo.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

20 participantes.

LUGAR:

Espacio amplio. Un salón suficientemente amplio e iluminado, en donde el grupo en su conjunto pueda desplazarse cómodamente.

MATERIAL:

Ninguno

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor pide uno o dos voluntarios, aunque puede designar a alguien específico si sus necesidades así se lo demandan.
- Le pide que salga o salgan del recinto donde se llevará a cabo el ejercicio.
- Al grupo que queda les pide se tomen de la mano haciendo un gran círculo.
- Se les induce a pensar que esa forma del grupo es, de alguna manera, su estructura original; pero que los grupos, en su propia dinámica tienden a desarrollar hábitos que aglutinan y hacen variar la estructura original.

15.- EL NARANJO EN FLOR

(Cont. 16)

- Se les solicita hacer un nudo humano lo más intrincado que puedan, sin soltarse de las manos hasta que se les de la indicación.
- Una condición importante es que los miembros del grupo que constituyen el nudo no podrán hablar mientras el asesor o asesores intenten deshacerlo.
- Se invita a entrar a las personas o persona que se les hizo salir y se les plantea que ellos asumirán el rol de asesores y que su tarea consistirá en llevar a ese grupo a su estructura original, que éstas no pueden soltarse de las manos y a la vez no pueden proferir palabra alguna. Pasado un tiempo razonable, si no han podido deshacer el nudo los asesores, se le pide al grupo que retome su estructura original sin soltarse de las manos.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

17.- ENGAÑANDO AL GRUPO

OBJETIVO:

- Atraer la atención sobre la confianza y la desconfianza, sobre la honestidad y la deshonestidad, como medidas defensivas en las relaciones interpersonales.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

25 participantes

LUGAR:

Amplio espacio. Un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan estar cómodos.

MATERIAL:

Sencillo. Hojas de papel y lápiz.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor selecciona cuatro o cinco voluntarios para que cuenten tres incidentes ocurridos durante la infancia. Esos incidentes pueden ser verdaderos o ficticios, o incluso uno verdadero y dos ficticios, o dos verdaderos y uno ficticio. Queda a criterio de los relatores la forma del relato, así como la secuencia. Deberán procurar no revelar cuáles son verdaderos y cuáles ficticios. Precisamente corresponderá a los miembros participantes adivinar cuál son los incidentes verdaderos y cuáles los ficticios. Cada miembro anotará en su hoja los incidentes que juzgue ciertos y los que no.

17.- ENGAÑANDO AL GRUPO

(Cont. 17)

- Después del relato de los incidentes, y diciendo los relatores cuáles eran verdaderos y cuáles los ficticios, cada uno contará cuántas veces fue engañado por los relatores. Se puede hacer un resumen en el pizarrón para ver la frecuencia de los engaños y los aciertos.
- Se prosigue el ejercicio, formulando el animador las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron tratando de engañar al grupo? ¿Cómo se sintieron los relatores, en el conflicto entre la disposición para decir la verdad y la búsqueda de las fantasías para mentir? ¿Qué estrategia adoptaron? ¿Cómo se sintieron los participantes del grupo, sabiendo que podían estar siendo engañados, por los relatores? ¿Por qué algunos participantes dejan engañar más fácilmente que otros? Recuerden una situación en la que hayan sido engañados o que hayan engañado a otros ¿Qué sintieron?
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

18.- FRUSTRACIONES Y TENSIONES

OBJETIVOS:

- Ayudar a los participantes a descubrir su respuesta en las situaciones tensas y que provocan frustraciones.
- Analizar los efectos que ocasionan en un grupo los valores, los estereotipos y los prejuicios individuales.
- Ayudar a los participantes a conocerse mejor y aceptar las opiniones o sentimientos de los demás.

TIEMPO:

Duración: 45 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado.

Divididos en subgrupos compuestos por 6 participantes

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio bien iluminado acondicionado para que los participantes puedan escribir

MATERIAL:

Fácil Adquisición

Hoja de trabajo de frustraciones y tensiones número 1.

Hoja de trabajo de frustraciones y tensiones número 2.

Hoja de trabajo de frustraciones y tensiones número 3.

Lápices para cada participante.

18.- FRUSTRACIONES Y TENSIONES

(Cont. 18)

DESARROLLO CON FORMATO 4

- El Instructor explica los objetivos de la experiencia y divide a los participantes en subgrupos de 6 a 12 personas.
- Se le entrega a cada participante la hoja de trabajo número 1, y se les da la instrucción de que en forma individual completen el espacio en blanco del diálogo de las dos caricaturas y escribirán una nota breve de lo que supusieron sobre cada situación.
- Cada subgrupo discute las respuestas realizadas por sus miembros a cada situación, analizando los efectos probables para cada respuesta.
- Se distribuye la hoja de trabajo número 2. Cada participante de nuevo trabaja independientemente en las dos situaciones descritas en las caricaturas.
- Cada subgrupo discute sus respuestas a la segunda hoja de situaciones y tratan de derivar generalizaciones sobre una efectiva respuesta tensa a situaciones tensas y de frustración entre personas. Se procede de manera similar en el h. de t. # 3
- El Instructor abre la discusión entre los participantes de todo el grupo, extrayendo las generalizaciones de cada subgrupo.
- El Instructor guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

HOJA DE TRABAJO 2: FRUSTRACIONES Y TENSIONES



Suposiciones que usted realizó sobre la situación:

HOJA DE TRABAJO 3: FRUSTRACIONES Y TENSIONES



Suposiciones que usted realizó sobre la situación:

HOJA DE TRABAJO 4: FRUSTRACIONES Y TENSIONES



Suposiciones que usted realizó sobre la situación:

19.- LA FLOR

OBJETIVOS:

- Analizar el impacto de los “mensajes” de otras personas en nuestros sentimientos.
- Descubrir la fortaleza de la autoestima.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

Ilimitado

LUGAR:

Aula normal. Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado con sillas que puedan ser movidas con facilidad.

MATERIAL:

Fácil Adquisición

Tres hojas de rotafolio y Marcadores de varios colores para el grupo.

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor solicita tres voluntarios.
- El Instructor pide a los voluntarios que salgan del salón.
- El Instructor explica al grupo que le pedirá a uno de los voluntarios que entre al salón y dibuje en el rotafolio una flor. Durante todo el tiempo que este dibujando, el grupo deberá adoptar una actitud de aceptación positiva y manifestarle mensajes de aliento, apoyo y reconocimiento. último, el grupo deberá mostrar una actitud crítica destructiva.

(Cont. 19)

- Terminada la actividad anterior, solicitará que entre el segundo voluntario y le solicitara también que dibuje una flor. Con esta persona el grupo deberá mostrar una actitud de indiferencia.
- A continuación se solicitará al tercer voluntario que entre y que dibuje una flor.
- Con este último, el grupo deberá mostrar una actitud crítica destructiva.
- En sesión plenaria el Instructor pregunta a cada uno de los voluntarios como se sintió.
- El Instructor guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido a su vida.

20.- LA DANZA DE LOS MAMUTS

OBJETIVOS:

- Animar y energizar a un grupo fatigado.
- Permite analizar el proceso de la imagen personal frente a los grupos.
- Ayuda a estudiar la resistencia al cambio de la autoimagen individual de los participantes.
- Auxilio en el estudio del sentimiento de ridículo como barrera de la actuación personal.

TIEMPO:

Duración: 30 minutos

TAMAÑO DEL GRUPO:

20 participantes.

LUGAR:

Amplio espacio. Un salón suficientemente amplio e iluminado que permita trabajar en subgrupos y “bailar”.

MATERIAL:

Ninguno

DESARROLLO: SIN FORMATO

- El Instructor introduce al ejercicio con una breve charla sobre la importancia de la danza y su particular valor cohesivo hacia el interior de la colectividad. Después se pueden poner ejemplos de fuerza cohesiva como las danzas griegas, mayas, tarascas, etc.

20.- LA DANZA DE LOS MAMUTS

(Cont. 20)

- Se forman subgrupos según la estrategia que más convenga al Instructor.
- El planteamiento del ejercicio es el siguiente:
 - *Todos los subgrupos tendrán que desarrollar una música fundamentalmente rítmica.*
 - *Todos los subgrupos desarrollarán pasos rítmicos que sean comunes a todos sus miembros.*
 - *La única condición es la posición global de los subgrupos que será la misma. Se formará cada subgrupo en un círculo cerrado al tomarse de las manos de la siguiente manera: cada participante pasará su brazo derecho por abajo de su entrepierna, de forma que le toma la mano izquierda a su compañero de atrás, y con su propia mano izquierda tome la mano derecha de su compañero de adelante.*
 - *Se le da diez minutos a los subgrupos para que preparen su danza y después cada uno de los equipos la representa frente a sus compañeros.*
- Al terminar se pasa a una exploración exhaustiva de los sentimientos que se presentaron en los participantes.

1.- ENSEÑANZA RECÍPROCA

En esta estructura el trabajo se realiza por parejas, uno es el ejecutante de alguna tarea y el otro es observador, quien corrige a su compañero hasta que este domina la tarea asignada hasta entonces se cambian los roles. Esta estructura tiene algunas variantes.

Proceso:

1. Todos los participantes se agrupan en parejas.
2. El profesor expone la tarea a realizar y da información acerca de los elementos que son importantes observar en su realización.
3. Un miembro de la pareja ejecuta la tarea mientras el otro observa y corrige los posibles errores.
4. Cuando el ejecutante domina la tarea, intercambia su rol con su compañero. De esta forma, se convierte en observador mientras su compañero es el ejecutante.
5. Cuando ambos dominan la tarea, el profesor puede realizar una comprobación antes de asignar a la pareja un nuevo trabajo.

Variantes:

a. Parejas-comprueba-actúa (Pairs-check-perform)

La clase se divide en grupos de cuatro, divididos en dos parejas. Dentro de cada pareja se desarrolla la estructura de enseñanza recíproca e inicialmente es la segunda pareja, y no el profesor, la que se encarga de determinar si los dos miembros de la primera pareja dominan la tarea encomendada o no. Y una vez que ambas parejas dominan la tarea hay comprobación por parte del docente.

1.- ENSEÑANZA RECÍPROCA

(Cont. 1)

b. Equipos de aprendizaje (Learning teams).

El profesor explica la tarea que los alumnos realizarán, hace una demostración y comprueba que la clase la entendió para, a continuación, dividir la clase en grupos de cuatro personas, cada una asume un rol diferente: ejecutante, observador-anotador, proporcionador de feedback y organizador de grupo. Los miembros del grupo van pasando por todos y cada uno de los diferentes roles.

c. Ejecutante y entrenador ganan recompensas (Pacer o Performer and coach learn rewards)

Añade al Pairs-check-perform una interdependencia de recompensa, otorgando puntuación a los grupos con base en una evaluación externa del profesor y permitiéndoles la realización de una actividad motriz placentera para ellos si alcanzan un número de puntos previamente determinado.

3.- APRENDIENDO JUNTOS (CO-OP PLAY)

Esta estructura de aprendizaje cooperativo se puede aplicar cuando es una tarea o actividad para todo el grupo, misma que debe quedar muy bien comprendida, las habilidades deben ser reforzadas, la motivación por parte del grupo y la evaluación son características de esta estructura.

Proceso:

1. El profesor explica la actividad que se desarrollará y comprueba que el grupo la entendió bien.
2. Insiste en que sin la colaboración de todos no se alcanzará el objetivo encomendado y recuerda algunas conductas que facilitan esta acción: animar a los compañeros, compartir el material, etc.
3. Los alumnos participan en la actividad y el profesor refuerza las habilidades y los comportamientos que facilitan que el grupo alcance su objetivo.
4. Tras la realización de la actividad, se lleva a cabo una evaluación del grupo orientada a descubrir que hechos facilitaron o dificultaron el logro del objetivo propuesto.
5. El profesor anima a los alumnos a pensar y compartir como facilitar o complicar esta actividad. A partir de las ideas propuestas se pueden crear y practicar nuevas actividades cooperativas.

4.- PIENSA, COMPARTE, ACTÚA

Esta estructura es también para el trabajo grupal, cada participante debe observar cuáles son sus sentimientos, sus miedos, sus temores ante la situación que se le plantea y debe ponerse también en el lugar de los demás, porque eso va influir en la eficacia de las posibles soluciones.

Proceso:

1. El profesor propone un desafío cooperativo al grupo, es decir, uno que requiera de la ayuda de todos para poder ser resuelto.
2. Los estudiantes piensan individualmente las posibles soluciones al problema planteado.
3. Cada estudiante expone al resto de sus compañeros de grupo las soluciones que ha pensado.
4. El grupo prueba, al menos, una solución de cada uno de los miembros que lo componen.
5. De entre todas las soluciones se elige una que parezca la más eficaz y se ensaya una y otra vez hasta mejorarla y lograr superar el reto propuesto.

5.- YO HAGO- NOSOTROS HACEMOS

El grupo es dividido en varios equipos, el docente propone una actividad motriz, la cual pueda ser ejecutada de diferentes maneras, cada integrante del equipo debe analizar para proponer cuando menos una forma de realizar dicha tarea misma la cual será compartida al resto del grupo.

Proceso:

1. El docente forma grupos de cuatro a seis personas, preferentemente heterogéneos en etnia, sexo y nivel de habilidad.
2. Se propone una tarea motriz abierta, con diferentes posibilidades de ejecución correcta.
3. Cada miembro del grupo ensaya, individualmente diferentes propuestas y, de entre todas, elige dos que sea capaz de realizar correctamente.
4. Se juntan los grupos.
5. Cada integrante del equipo muestra a sus compañeros la ejecución correcta de una de las dos respuestas que eligió. Es responsable de que todos sus compañeros del grupo realicen la tarea correctamente.
6. El profesor puede seleccionar a un miembro de cada grupo para que ante toda la clase ejecute correctamente las cuatro respuestas que el grupo planteó o puede pedir a todos los miembros del grupo que, a la vez, muestren a la clase, una tras otra, sus propuestas.
7. Cabe la posibilidad de que, en grupo, se intente mejorar cada respuesta dada, acordando y ensayando nuevas acciones para dificultar su ejecución.
8. Se pueden otorgar recompensas en función de la calidad del trabajo realizado, con base en parámetros previamente definidos y conocidos por los alumnos.

6.- DESCUBRIMIENTO COMPARTIDO

En esta estructura el trabajo se realiza primero de manera individual, después se comparte por parejas, aumentando paulatinamente el número de participantes hasta que todo el grupo realiza las propuestas de realización de todos los equipos.

Proceso:

1. El profesor hace una propuesta abierta de acción motriz y cada alumno explora individualmente las distintas posibilidades de respuesta.
2. El profesor pide que, de todas las respuestas, cada alumno retenga un número reducido, tres por ejemplo, y las ensaye repetidas veces hasta que sea capaz de dominarlas.
3. Se forman parejas. Cada miembro de la pareja enseña a su compañero las respuestas que da. Ambos son responsables de dominar todas las respuestas diferentes y de conseguir que su compañero lo haga también. En nuestro caso, cada pareja dominará entre tres (si todas las respuestas de ambos miembros hubieran sido iguales) y seis (si todas hubieran sido diferentes) posibilidades motrices.
4. Cada pareja selecciona entre sus respuestas un número determinado, tres por ejemplo, y ambos miembros las ensayan repetidas veces hasta que son capaces de realizarlas correctamente y al mismo tiempo. La única condición para elegir las respuestas que se van a ensayar es que cada miembro de la pareja debe aportar, al menos, una propuesta.
5. Dos parejas se unen y forman un grupo de cuatro. Cada pareja enseña a la otra las tres respuestas que han elegido. Cada alumno es responsable de dominar todas las respuestas diferentes y de conseguir que todos los compañeros que ahora forman parte del equipo también lo hagan.

6.- DESCUBRIMIENTO COMPARTIDO

(Cont. 6)

6. El grupo de cuatro selecciona entre sus respuestas un número determinado, con la condición de que ambas parejas deben aportar, al menos, una propuesta. El grupo ensaya repetidas veces las respuestas elegidas hasta que todos los miembros del grupo son capaces de realizarlas correctamente y al mismo tiempo.
7. Dos grupos de cuatro se unen para formar un grupo de ocho personas. Cada grupo de cuatro muestra y enseña al otro las propuestas que han elegido. Como los pasos anteriores, cada alumno es responsable de dominar todas las respuestas diferentes y El grupo de ocho selecciona entre sus respuestas un número determinado, con la condición de que ambos grupos deben aportar, al menos, una propuesta. Los alumnos ensayan repetidas veces las respuestas elegidas hasta que todos los miembros del grupo son capaces de realizarlas correctamente y al mismo tiempo.
8. El grupo de ocho selecciona entre sus respuestas un número determinado, con la condición de que ambos grupos deben aportar, al menos, una propuesta. Los alumnos ensayan repetidas veces las respuestas elegidas hasta que todos los miembros del grupo son capaces de realizarlas correctamente y al mismo tiempo.
9. En algunos casos, a partir de la combinación de las respuestas elegidas, puede realizarse una coreografía con un fondo musical que se muestra al resto de la clase; en otros, todo el grupo, o una parte del mismo (tres personas, por ejemplo, elegidas al azar) puede mostrar, una tras otra, las respuestas seleccionadas y ejecutarlas al mismo tiempo.
10. Se pueden otorgar recompensas en función de la calidad del trabajo realizado, con base en unos parámetros previamente definidos y conocidos por los alumnos.

7.- ESTRUCTURA COOPERATIVA JIGSAW O PUZZLE

En esta estructura el trabajo se realiza primero de manera individual, después se comparte por parejas, aumentando paulatinamente el número de participantes hasta que todo el grupo realiza las propuestas de realización de todos los equipos.

Proceso:

1. El profesor hace una propuesta abierta de acción motriz y cada alumno explora individualmente las distintas posibilidades de respuesta.
2. El profesor pide que, de todas las respuestas, cada alumno retenga un número reducido, tres por ejemplo, y las ensaye repetidas veces hasta que sea capaz de dominarlas.
3. Se forman parejas. Cada miembro de la pareja enseña a su compañero las respuestas que da. Ambos son responsables de dominar todas las respuestas diferentes y de conseguir que su compañero lo haga también. En nuestro caso, cada pareja dominará entre tres (si todas las respuestas de ambos miembros hubieran sido iguales) y seis (si todas hubieran sido diferentes) posibilidades motrices.
4. Cada pareja selecciona entre sus respuestas un número determinado, tres por ejemplo, y ambos miembros las ensayan repetidas veces hasta que son capaces de realizarlas correctamente y al mismo tiempo. La única condición para elegir las respuestas que se van a ensayar es que cada miembro de la pareja debe aportar, al menos, una propuesta.
5. Dos parejas se unen y forman un grupo de cuatro. Cada pareja enseña a la otra las tres respuestas que han elegido. Cada alumno es responsable de dominar todas las respuestas diferentes y de conseguir que todos los compañeros que ahora forman parte del equipo también lo hagan.

JUEGOS COOPERATIVOS

1.- ASIENTOS MUSICALES

Objetivos:

Cohesión grupal. Cooperación.

Material: Música alegre y animada

Tiempo: 20 minutos

Edad: 8-10 años

Desarrollo:

Todos de pie forman un círculo en la misma dirección, muy juntos y con las manos en la cintura del compañero que se tiene delante. Cuando suena la música, comienzan a andar, moviéndose rápidamente al ritmo de ella, y cuando la pieza musical se detiene deben intentar sentarse en el regazo (sobre las rodillas) de la persona que tienen detrás. El juego consiste en colaborar para sentarse sin que nadie se caiga y mantener el equilibrio del equipo. Progresivamente se puede estimular a realizarlo con mayor rapidez y agilidad, al operar cambios acelerados con la música. Inicialmente se puede plantear en pequeños grupos de ocho-diez jugadores, y cuando se han desarrollado los mecanismos del juego, realizarlo con todo el grupo.

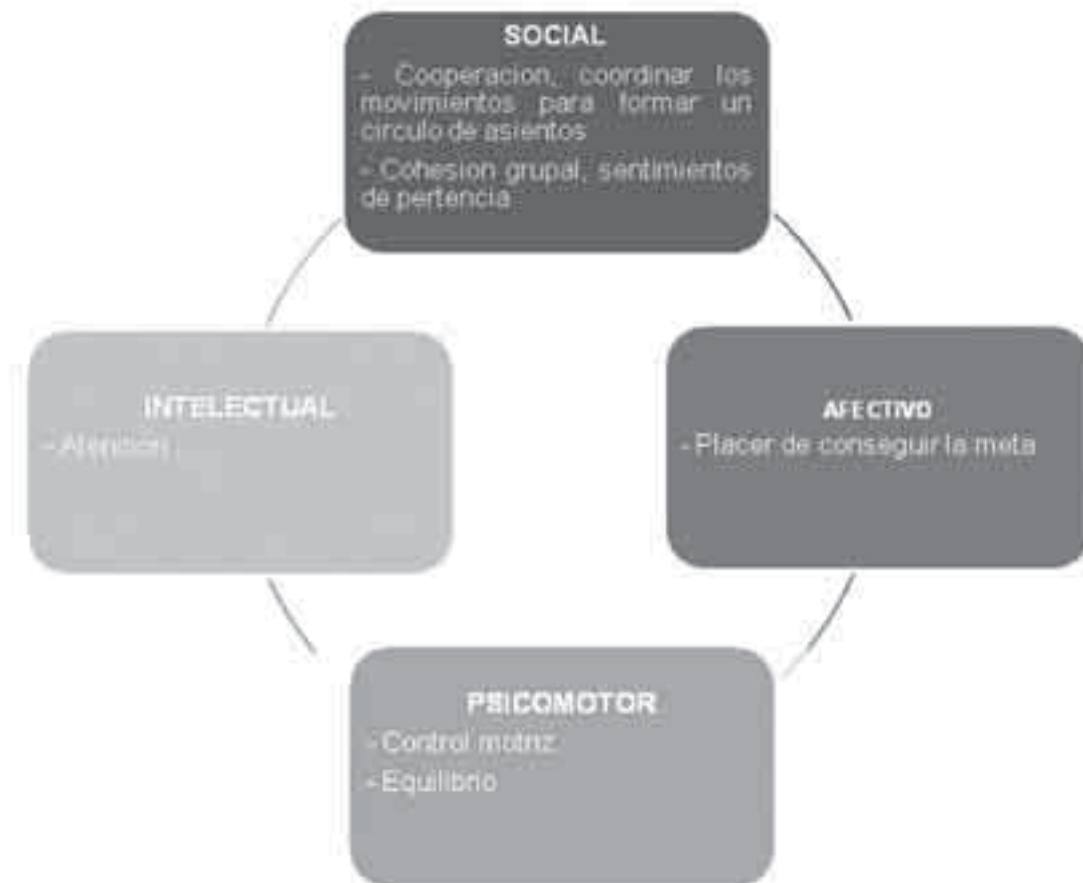
Panel de discusión:

¿Ha resultado difícil cooperar para mantenernos sin caernos al suelo? ¿Cuántas veces nos hemos caído? ¿Qué sentimientos hemos tenido durante el juego? ¿Ha sido divertido? ¿Después de hacer algunas rondas de entrenamiento para coordinarnos, ha resultado más fácil conseguir la meta?

1.- ASIENTOS MUSICALES

(Cont.1)

Desenvolvimiento



2.- CADENA PERSEGUIDORA

Objetivos:

Cohesión grupal. Cooperación.

Tiempo:

20 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

El docente, a través de la técnica que considere adecuada, selecciona un perseguidor, y a la orden de <<salida>> los jugadores comienzan a correr por la cancha, mientras éste trata de atraparlos. Cuando el perseguidor toca a un jugador, se dan la mano y el segundo pasa a formar parte de la cadena perseguidora. Ambos tratan de tocar a otros compañeros y convertirlos en parte de la cadena. El juego consiste en incorporar rápidamente a todos los jugadores a la cadena perseguidora. El tiempo de juego generalmente es breve; por ello se sugiere realizar dos o tres rondas. Se puede sugerir a los jugadores que forman parte de la cadena la posibilidad de desarrollar estrategias para atrapar a los otros. Por ejemplo, a través de la coordinación del movimiento de los dos jugadores colocados en los extremos de la cadena.

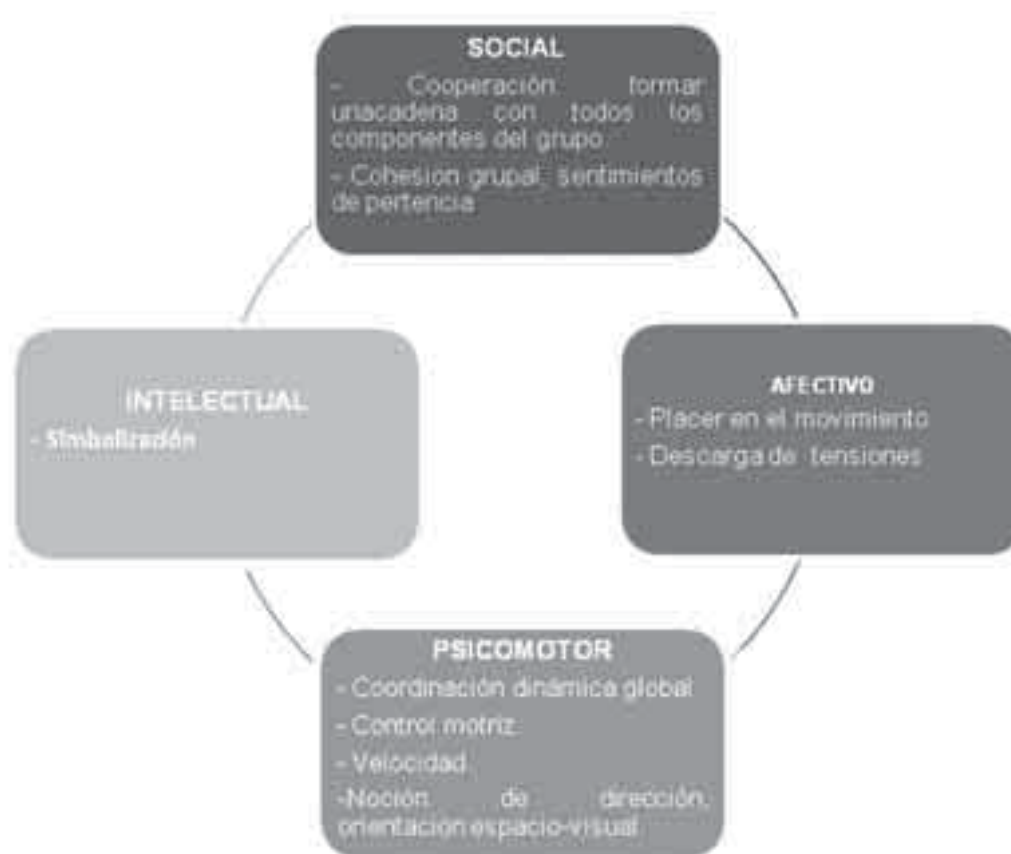
Panel de discusión:

¿Ha sido divertido? ¿Cómo nos hemos sentido en el juego? ¿Era difícil atrapar a los compañeros que corrían por el aula para hacerlos formar parte de la cadena perseguidora? ¿Qué rol nos ha gustado más, ser perseguidos o perseguidores?

2.- CADENA PERSEGUIDORA

(Cont.2)

Desenvolvimiento



3.- CAMPO QUEMADO

Objetivos:

Cooperación.

Material:

Pelotas de goma blanda cuyo número dependerá del número de participantes.

Tiempo:

20 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Para este juego se divide al grupo en dos equipos. Cada equipo se sitúa en diferentes lados de una línea trazada en el suelo e intentan dar a los jugadores del otro lado lanzando el balón. Cuando un jugador es tocado por la pelota, no queda eliminado, sino que inmediatamente cambia de equipo pasando al otro lado y continúa jugando. Los jugadores están continuamente tirando, esquivando, dando y cambiando de equipos. El objetivo es acabar con todos los jugadores en un lado, lo que requiere mucha actividad. El juego funciona mejor con grupos pequeños. Si hay ocho jugadores en un lado, generalmente usamos seis balones de playa, pelotas de goma muy blanda o almohadas. La fórmula de pasar al otro lado y un área de juego no muy grande aseguran que todos participen continuamente. Si el grupo es muy numeroso y se dispone de espacio suficiente, se propone dos situaciones de juego paralelas.

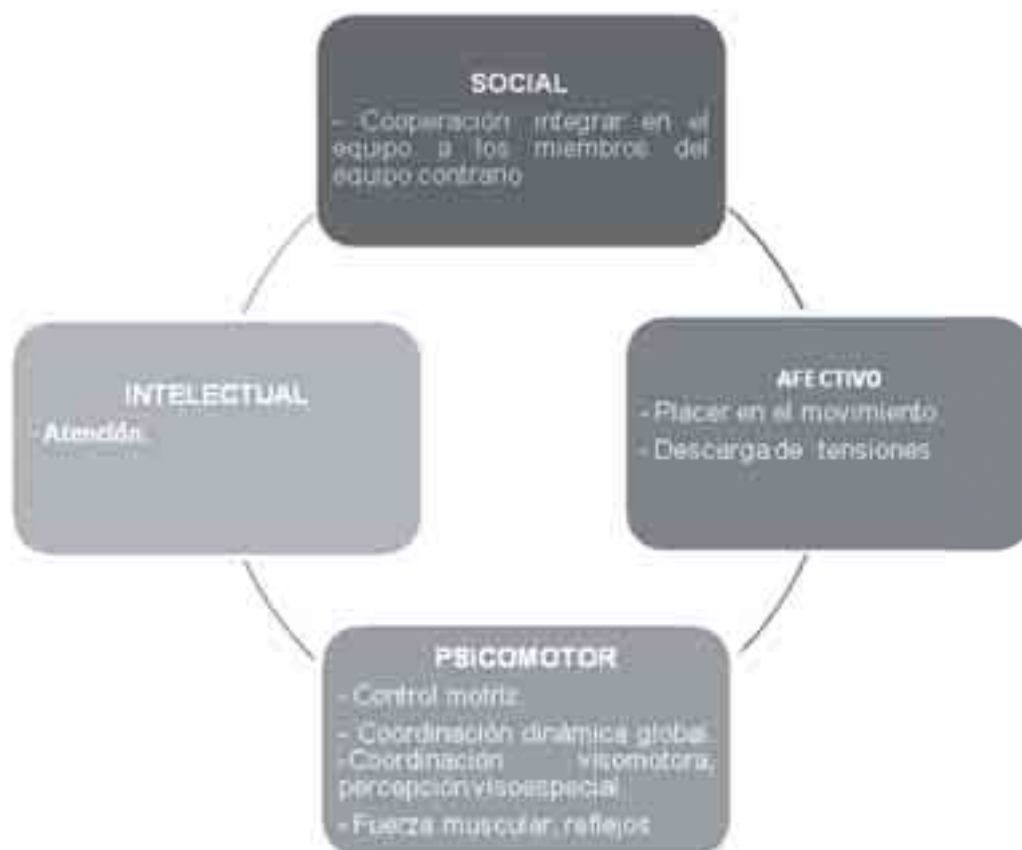
Panel de discusión:

¿Cómo nos hemos sentido en este juego cuando tocábamos a un compañero y cuando éramos tocados por él? ¿Es mejor esta forma de jugar en la que nunca hay eliminados o resulta más divertida la forma tradicional de juego en la que se van eliminando jugadores?

3.- CAMPO QUEMADO

(Cont.3)

Desenvolvimiento



4.- EL CIEMPIÉS

Objetivos:

Cooperación.

Material:

Pelotas de goma blanda cuyo número dependerá del número de participantes.

Tiempo:

20 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Para este juego se divide al grupo en dos equipos. Cada equipo se sitúa en diferentes lados de una línea trazada en el suelo e intentan dar a los jugadores del otro lado lanzando el balón. Cuando un jugador es tocado por la pelota, no queda eliminado, sino que inmediatamente cambia de equipo pasando al otro lado y continúa jugando. Los jugadores están continuamente tirando, esquivando, dando y cambiando de equipos. El objetivo es acabar con todos los jugadores en un lado, lo que requiere mucha actividad. El juego funciona mejor con grupos pequeños. Si hay ocho jugadores en un lado, generalmente usamos seis balones de playa, pelotas de goma muy blanda o almohadas. La fórmula de pasar al otro lado y un área de juego no muy grande aseguran que todos participen continuamente. Si el grupo es muy numeroso y se dispone de espacio suficiente, se propone dos situaciones de juego paralelas.

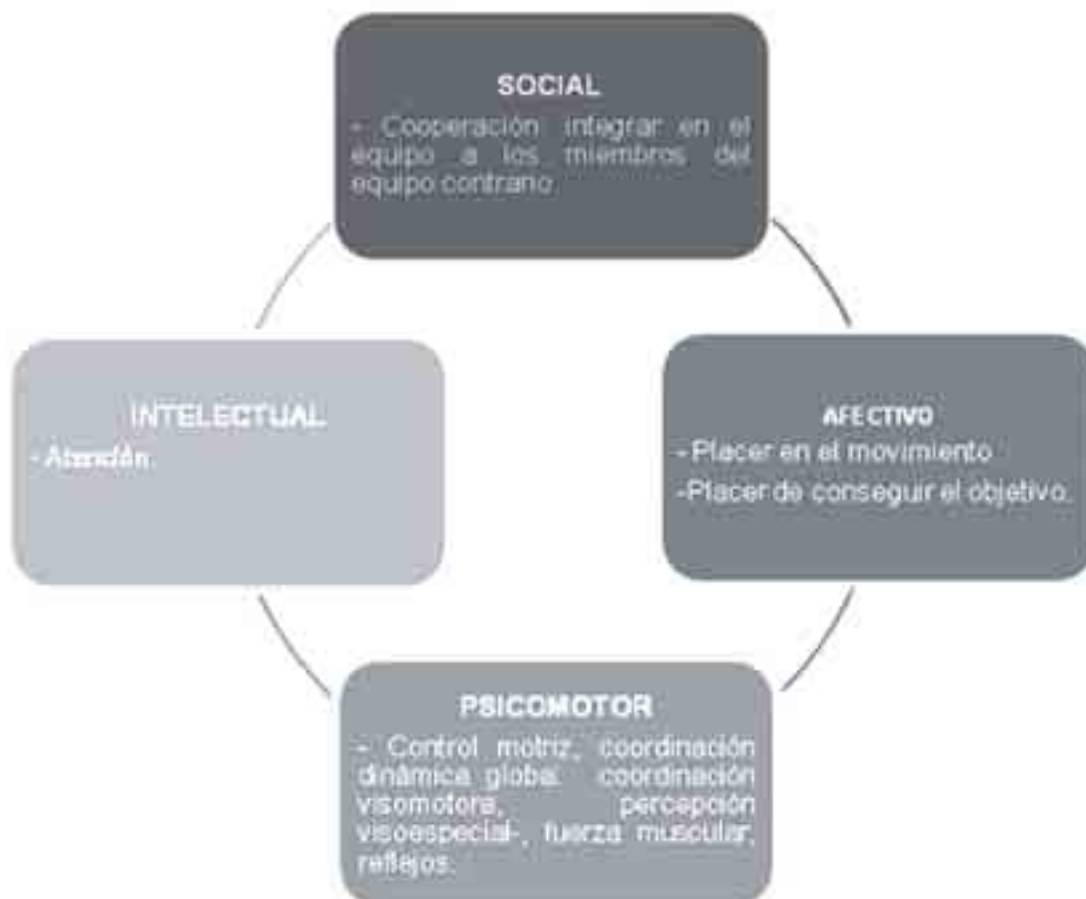
Panel de discusión:

¿Cómo nos hemos sentido en este juego cuando tocábamos a un compañero y cuando éramos tocados por él? ¿Es mejor esta forma de jugar en la que nunca hay eliminados o resulta más divertida la forma tradicional de juego en la que se van eliminando jugadores?

4.- EL CIEMPIÉS

(Cont.4)

Desenvolvimiento



5.- LA FILA Y EL CÍRCULO

Objetivos:

Cooperación.

Tiempo:

20 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

El grupo se divide en equipos de seis o siete jugadores. Cada equipo forma una fila, uno detrás de otro, con la mano izquierda sobre el hombro izquierdo del compañero que se tiene delante y con la mano derecha se agarra su pie derecho, mientras mantiene su pierna flexionada, quedando a la pata coja. Cuando todos están en esta posición, la persona que encabeza la columna debe tratar de agarrarse al compañero que está al final y entre todos deben formar un círculo. A través de movimientos coordinados cada fila se convierte en círculo y de nuevo en la fila. Así sucesivamente cuatro o cinco rondas. Se puede sugerir que los jugadores realicen movimientos lentos controlados para conseguir la finalidad del juego. Cuando el grupo realiza la actividad adecuadamente en pequeños equipos, resulta divertido en posteriores sesiones jugarlo en gran grupo.

Nota: Debido al nivel de dificultad del juego, resulta conveniente plantearlo cuando el grupo tenga cierto nivel de desarrollo grupal y capacidad de cooperación corporal.

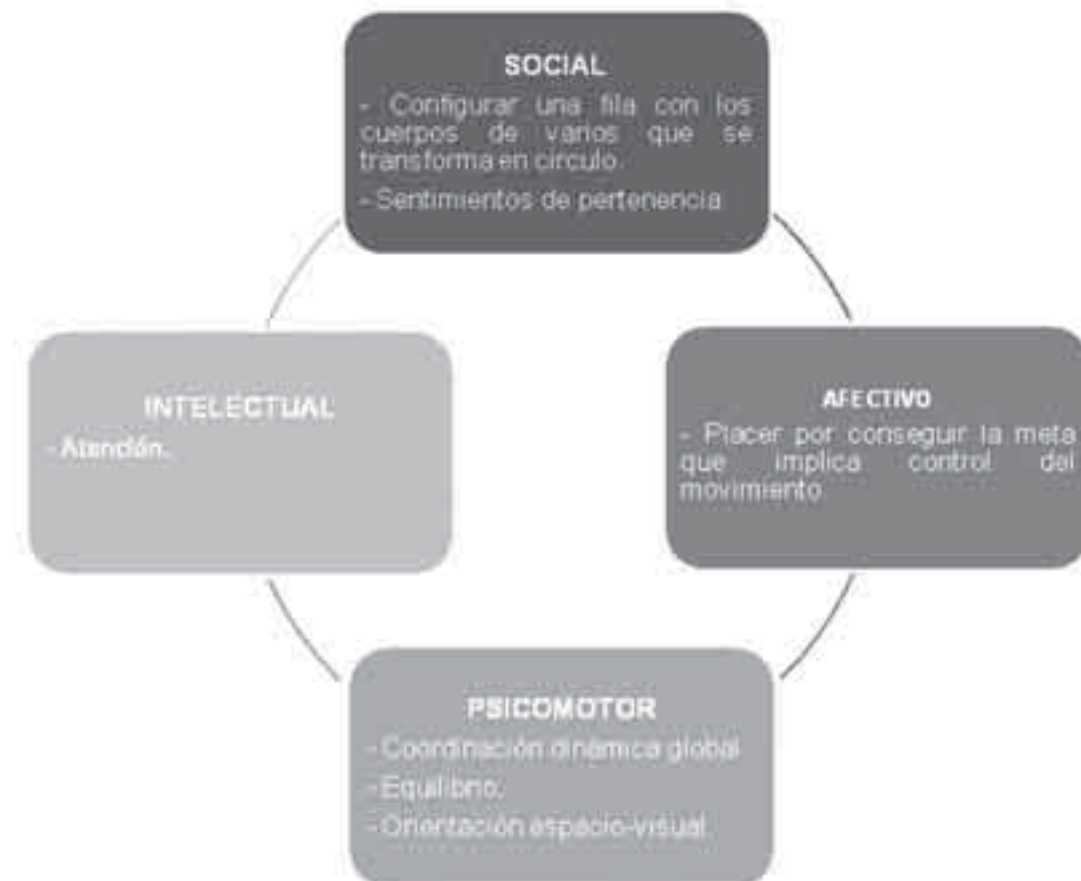
Panel de discusión:

¿Ha sido difícil coordinar nuestro movimiento con el movimiento de los otros miembros del equipo para formar una fila y un círculo? ¿Se ha roto la formación de la figura (fila o círculo) en muchas ocasiones? ¿Cómo nos sentíamos cuando esto ocurría? ¿Nos ha parecido divertido este juego?

5.- LA FILA Y EL CÍRCULO

(Cont.5)

Desenvolvimiento



6.- LÁPIZ EN LA BOTELLA

Objetivos:

Cooperación.

Materiales:

Cuerdas, varias botellas con cuello de distinta anchura, lapiceros.

Tiempo:

20 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Para este juego hay que preparar una rueda de cuerda con dos metros de diámetro. Primero se construye un círculo con la cuerda, y a este círculo se anudan varias cuerdas a modo de diámetros, de cuyo centro pende otra cuerda de unos 20cm de la que cuelga el lápiz. Diez jugadores agarran la rueda formada con cuerda de cuyo centro pende el lápiz y coordinando el movimiento tratan de introducir el lápiz en una botella que se coloca en el suelo a la altura del centro del círculo.

Panel de discusión:

¿Ha sido difícil introducir el lápiz en la botella coordinando el movimiento de todos los miembros de cada equipo? ¿Cuántas veces hemos conseguido el objetivo? ¿Ha sido divertido? ¿Cómo nos hemos sentido en este juego?

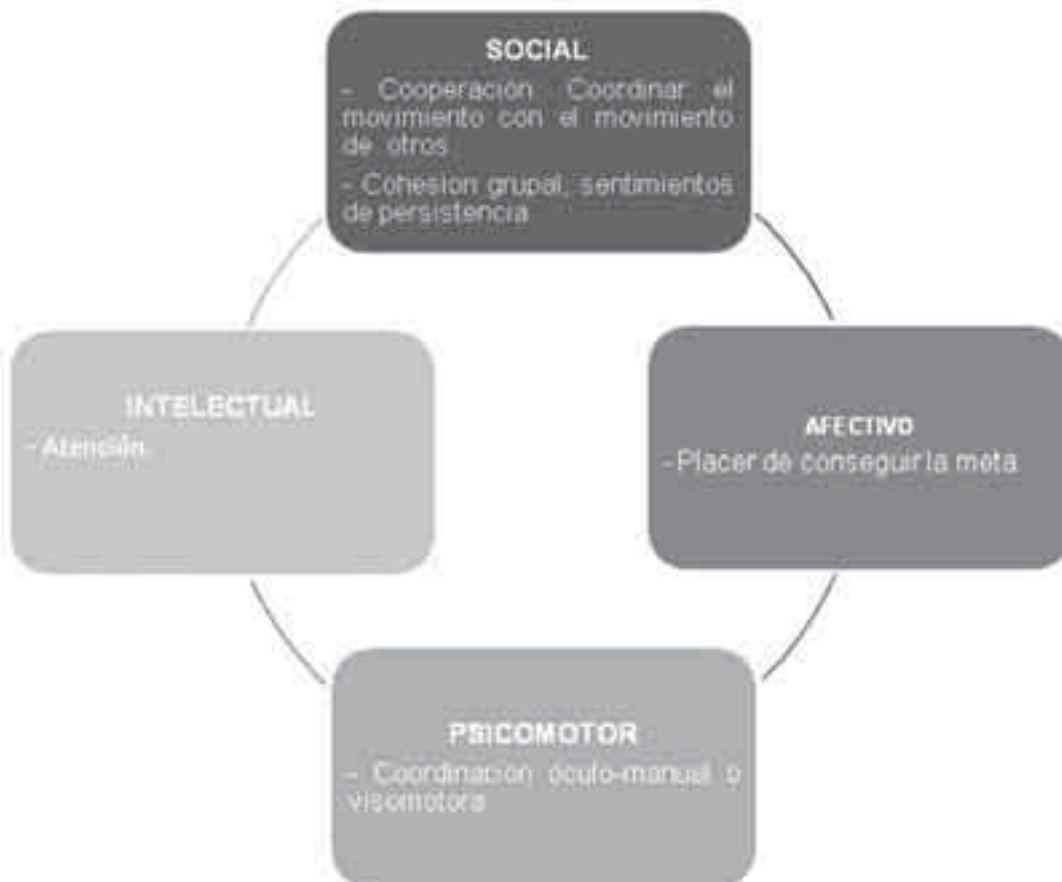
6.- LÁPIZ EN LA BOTELLA

(Cont.6)

Panel de discusión:

¿Ha sido divertido convertirnos en burbujas? ¿Cómo nos hemos sentido en este juego? ¿Ha sido relajante desplazarse como burbujas o pompas de jabón que flotan lentamente por el aire? ¿Qué era más divertido, flotar lentamente o hacer movimientos rápidos? ¿Qué era más divertido, flotar lentamente o hacer movimientos rápidos? ¿Qué gustaba más, evitar chocarse con otras burbujas o encontrarse y formar una gran burbuja?

Desenvolvimiento



7.- LAS BURBUJAS

Objetivos:

Cooperación. Comunicación.

Materiales:

Música suave y relajante. La música únicamente se inserta para dar un fondo estimulante a la actividad (por ejemplo, sonidos naturales, selváticos, vientos...)

Tiempo:

20 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Para este juego se divide a los miembros del grupo en parejas, tríos o pequeños equipos de cuatro jugadores. En la primera fase del juego, el objetivo consiste en que dos o más niños formen un pequeño círculo en forma de burbuja uniendo sus manos o de cualquier forma que se les ocurra. Las burbujas comienzan flotando por la sala lentamente, teniendo cuidado de no golpearse con alguna de las otras burbujas. La finalidad de la actividad es cooperar para crear una burbuja entre dos o tres niños y evitar la cohesión con otras. Las burbujas pueden saltar, bailar o girar sobre sí mismas una vez que los niños se familiaricen con el juego. Toda la actividad se realiza con una pieza musical de fondo de características relajantes. En la segunda fase del juego el objetivo es convertirse gradualmente en una gran burbuja. Esto se puede conseguir haciendo que dos burbujas se unan suavemente hasta formar una burbuja de cuatro personas y así sucesivamente hasta formar una burbuja gigante. Se sugiere estimular que los niños realicen la actividad escuchando la música y con movimientos suaves al compás de ésta

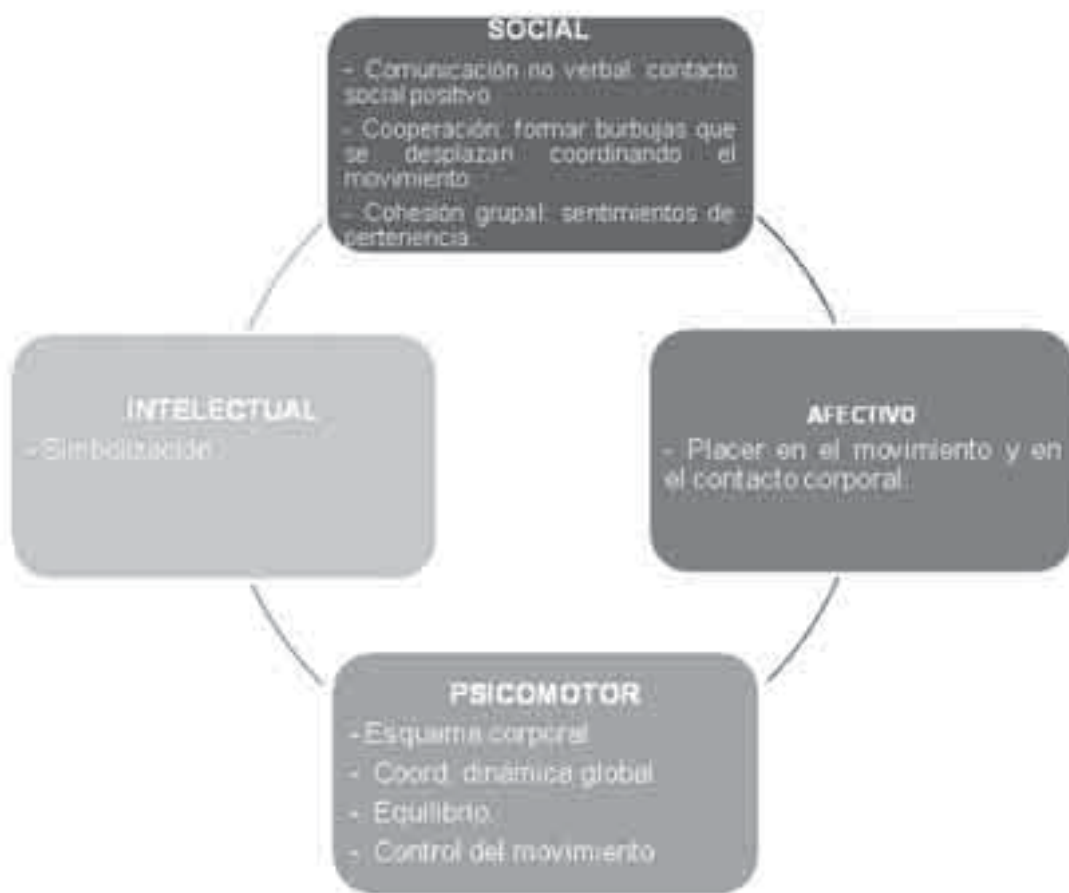
7.- LAS BURBUJAS

(Cont. 7)

Panel de discusión:

¿Ha sido divertido convertirnos en burbujas? ¿Cómo nos hemos sentido en este juego? ¿Ha sido relajante desplazarse como burbujas o pompas de jabón que flotan lentamente por el aire? ¿Qué era más divertido, flotar lentamente o hacer movimientos rápidos? ¿Qué era más divertido, flotar lentamente o hacer movimientos rápidos? ¿Qué gustaba más, evitar chocarse con otras burbujas o encontrarse y formar una gran burbuja?

Desenvolvimiento



8.- LOS CAMELLOS

Objetivos:

Cohesión grupal: Cooperación.

Materiales:

Un objeto que represente la meta.

Tiempo:

30 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Los jugadores se agrupan en equipos de cinco, con igualdad de fuerzas, El primero está de pie. El segundo flexiona el tronco y coge por detrás las caderas del primero. El tercero, también detrás, toma la misma posición y sujeta las caderas del segundo, poniendo la cabeza de lado. El cuarto monta a caballo al segundo y se agarra a los hombros del primero. El quinto monta a caballo del tercero y se sujeta a los hombros del jinete que tiene delante (o sea el cuarto). El juego consiste en llegar a una meta señalada sin que se caigan los jinetes.

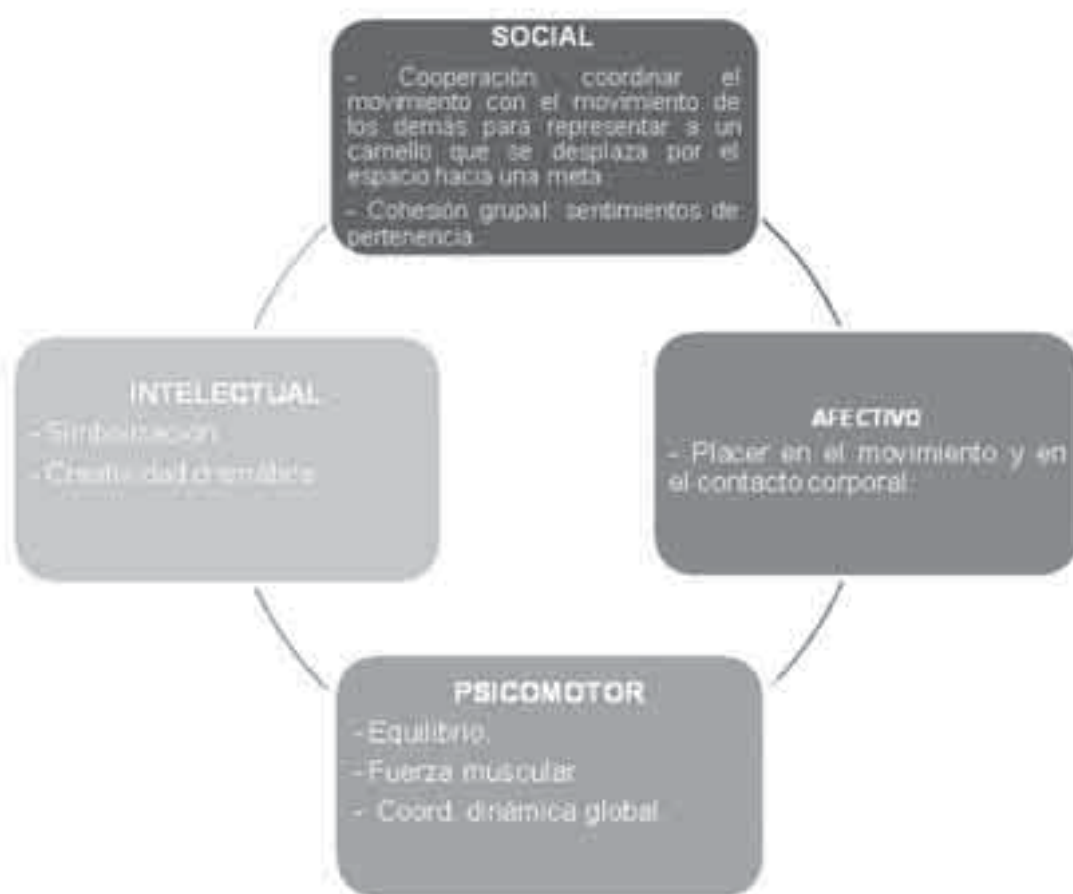
Panel de discusión:

¿Ha resultado muy difícil coordinar nuestro movimiento con el movimiento de los demás para representar a un camello que se desplaza a una meta? ¿Nos hemos roto antes de llegar a la meta en muchas ocasiones? ¿Cómo nos sentíamos cuando esto ha sucedido? ¿Ha sido divertido hacer este juego? Qué ha sido lo que más ha gustado?

8.- LOS CAMELLOS

(Cont.8)

Desenvolvimiento



9.- MANTO COOPERATIVO

Objetivos:

Cooperación.

Materiales:

Una manta y una pelota por equipo.

Tiempo:

30 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Se forman equipos de siete u ocho jugadores cada uno de los cuales se coloca alrededor de una manta o de un material resistente de un tamaño similar. Agarran los bordes de la manta y una pelota de playa que representa un saltamontes se coloca en el medio. El juego consiste en mover el saltamontes, manteando la pelota cooperativamente y evitando que ésta caiga al suelo. Durante el calentamiento el grupo lanza la pelota al aire y la recoge de nuevo con la manta o hace que ésta ruede por los bordes de la manta. Después, se puede sugerir que un grupo tire la pelota a otro para que éste la recoja y se la lance de nuevo, y así sucesivamente. Un grupo puede lanzar la pelota verticalmente y quitársela rápidamente, de forma que deje al otro grupo ponerse debajo para recogerla con su manta. También se puede dar a cada grupo su propia pelota para que puedan intercambiarlas simultáneamente tirando su pelota hacia el otro grupo, a una señal previamente acordada. Para grupos que deseen un mayor desafío, se puede intentar mantener dos o más pelotas por el aire de forma continua.

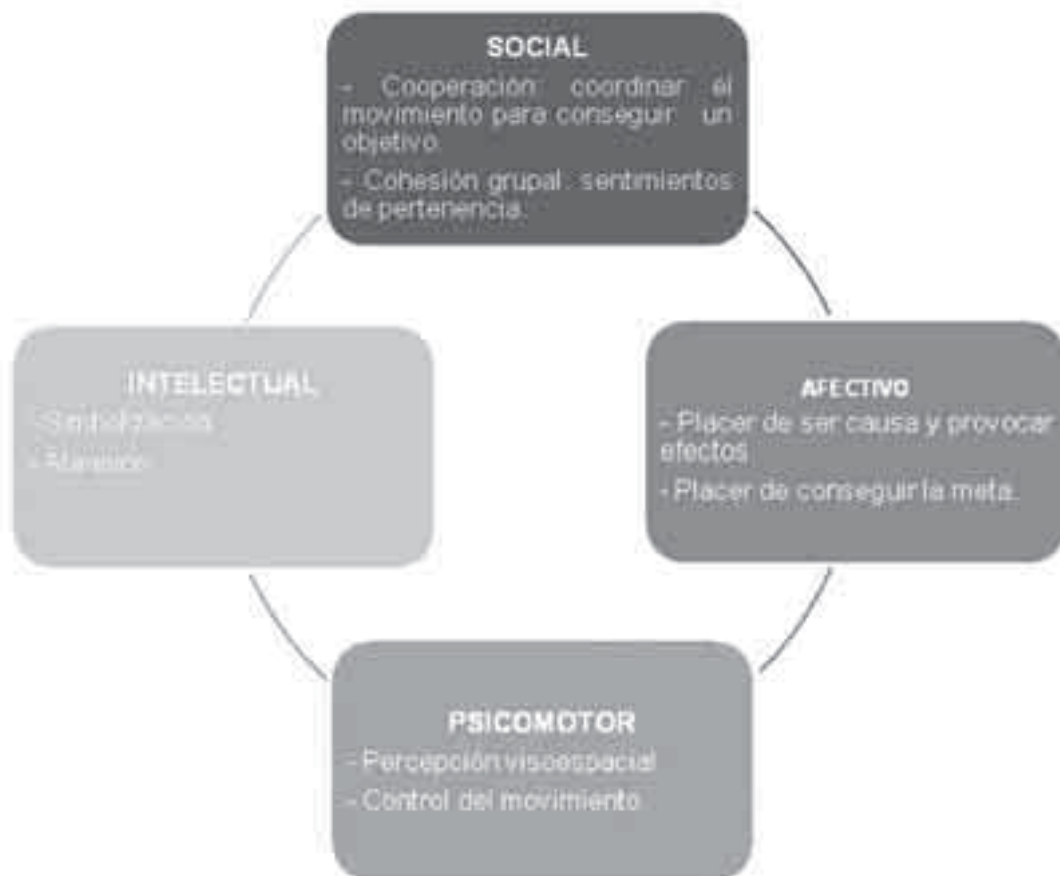
Panel de discusión:

¿Resultaba divertido mantener el saltamontes evitando que se cayera al suelo? ¿Era difícil coordinar nuestro movimiento con el movimiento de los compañeros de equipo para hacer saltar al saltamontes y que no se cayera fuera de la manta?

9.- MANTO COOPERATIVO

(Cont.9)

Desenvolvimiento



10.- MENSAJES MISTERIOSOS

Objetivos:

Comunicación. Cooperación. Creatividad verbal

Materiales:

Un folio, un trozo de cartulina blanca, un rotulador negro, una tijera y cinco sobres blancos pequeños por equipo.

Tiempo:

45 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

El juego tiene dos fases. Primero, se construye el material concreto de juego, y para ello los jugadores inventan mensajes humorísticos, divertidos, sorprendentes, que los compañeros de otros equipos deberán descubrir más tarde. En primer lugar, se forman grupos de cinco jugadores, a los cuales se les entrega un folio donde escribir los mensajes, un trozo de cartulina blanca, un rotulador negro, una tijera para recortar palabras y cinco sobres blancos. En la primera fase del juego, la de construcción, cada equipo cooperativamente, es decir, con la contribución de todos, debe inventar cinco mensajes intentando que sean ingeniosos y divertidos. El número total de palabras contenidas en los cinco mensajes o frases no debe ser superior a 25 pero, pueden hacer una frase con tres palabras y otra con siete, no necesariamente los mensajes deben tener el mismo número de palabras. Posteriormente, los mensajes son escritos en letras mayúsculas de igual tamaño sobre la cartulina y se recortaran todas las palabras contenidas en los cinco mensajes. Más tarde se introducen cinco palabras respectivamente en cada uno de los cinco sobres. Cada sobre contendrá palabras de frases o mensajes diferentes. Cuando los equipos construyen el juego intercambiarán su juego con otro equipo.

10.- MENSAJES MISTERIOSOS

(Cont. 10)

En la segunda fase, la de descubrimiento, cada equipo recibe cinco sobres del juego elaborado por otro equipo. Cada jugador coge un sobre que contiene cinco palabras sueltas con las cuales no puede construir una frase. Con las palabras que tienen en los cinco sobres deben construir los cinco mensajes que otro equipo ha inventado. Cada jugador debe construir un mensaje, pero para hacerlo tiene que dar palabras a sus compañeros y recibir palabras de ellos, es decir, cooperar con los otros jugadores para contribuir a un fin común, descubrir los cinco mensajes sin que les sobre ninguna palabra. Pueden hablar entre ellos, pero no pueden pedir palabras a otro compañero, debiendo esperar a que éste reconozca que tiene una palabra que le va bien y se la ceda.

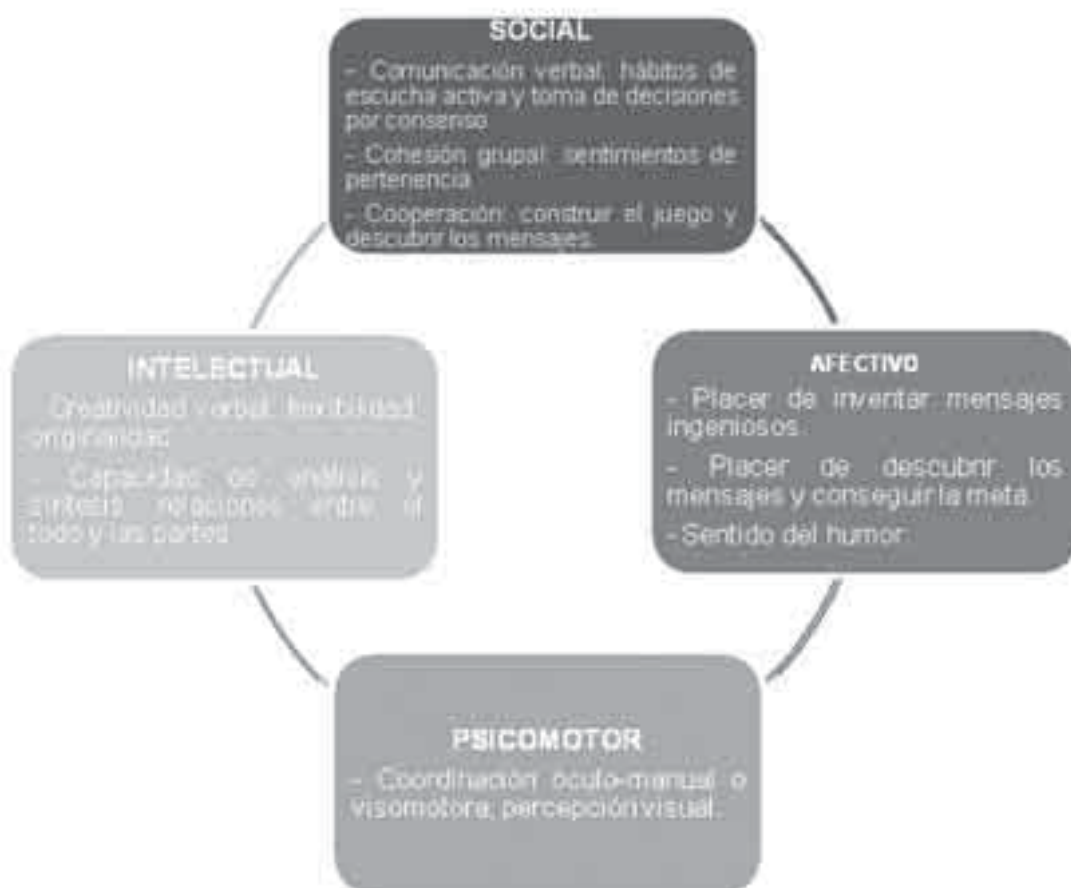
Nota: Incorporar al Diario de los productos de la actividad (mensajes elaborados).

Panel de discusión:

¿Han contribuido todos en la invención de los mensajes? ¿Se han recogido las aportaciones de todos los miembros del equipo? ¿Ha sido difícil inventar primero y descubrir después? ¿Nos gustan los mensajes que se han inventado? ¿Cuáles han sido más sorprendentes, divertidos, originales...?

10.- MENSAJES MISTERIOSOS

(Cont. 10)



11.- PELOTA EN CADENA

Objetivos:

Cooperación.

Materiales:

Una silla por jugador y dos pelotas por equipo.

Tiempo:

30 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

Se forman equipos de ocho a diez jugadores y cada equipo coloca dos hileras de sillas una frente a otra en las que los jugadores se sientan manteniendo los pies muy juntos. El primer jugador de cada fila se coloca una pelota encima de los pies y de ese modo la pasa a su compañero de la derecha y así sucesivamente de un jugador a otro, en cadena. El juego consiste en ayudarse y colaborar para conseguir que la pelota no se caiga al suelo. Cuando los jugadores han experimentado varias veces con esta actividad, habiendo desarrollado cierto nivel de cooperación corporal, se puede plantear el juego realizándolo en gran grupo.

Nota: Inicialmente una pelota grande disminuye la dificultad, pero después de haberlo jugado una o dos veces utilizar progresivamente pelotas de menor tamaño, que si bien incrementan la dificultad también estimulan un mayor divertimento cuando se controla la coordinación del movimiento con los otros.

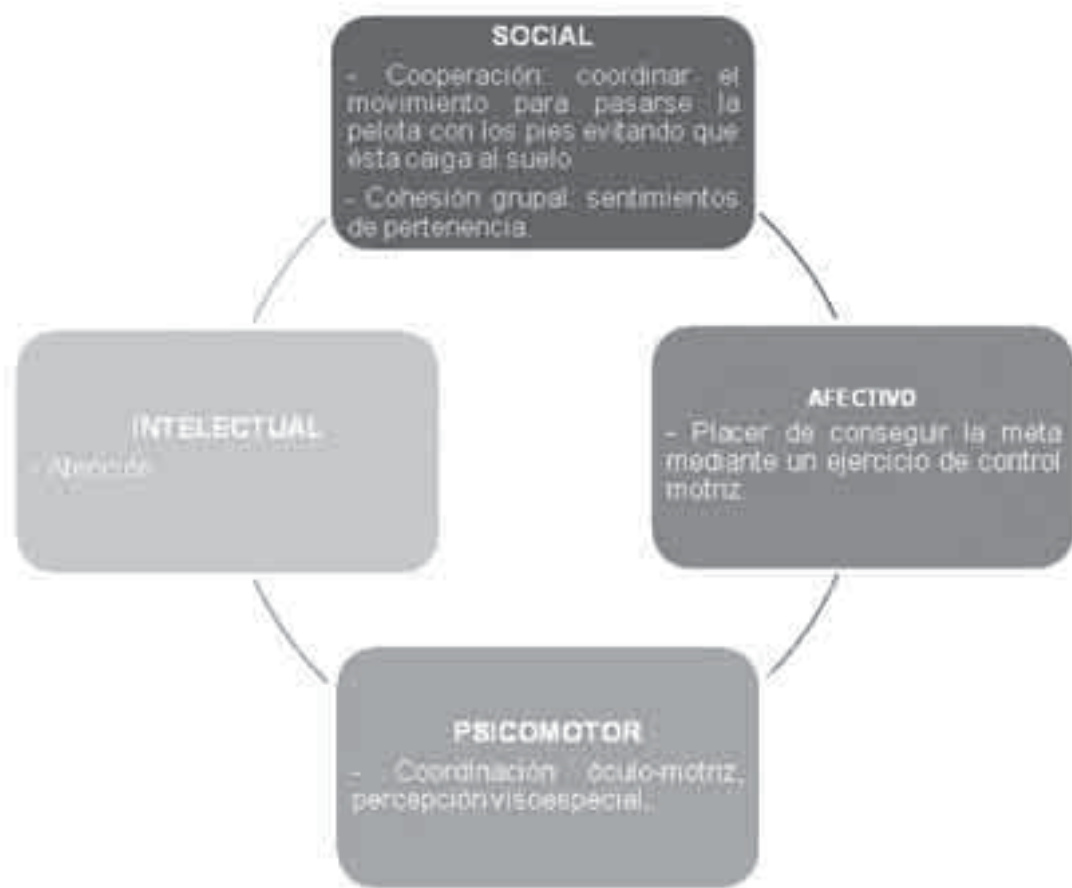
Panel de discusión:

¿Cómo nos hemos sentido en este juego? ¿Se nos ha caído la pelota al suelo muchas veces? ¿Qué sentíamos cuando sucedía esto? ¿Ha sido divertido intentar pasarnos la pelota con los pies? ¿Ha sido difícil?

11.- PELOTA EN CADENA

(Cont. 11)

Desenvolvimiento



12.- RITMO CON OBJETIVOS SONOROS

Objetivos:

Cooperación. Comunicación.

Materiales:

Objetos sonoros variados: vasos, palos, tacos de madera, objetos metálicos, papel, llaves, bolsas de plástico, tarros de cristal, botellas de plástico... Un objeto por participante. Música con distintas bases rítmicas.

Tiempo:

30 minutos

Edad:

8-10 años

Desarrollo:

El objetivo del juego consiste en provocar sonidos con distintos materiales u objetos que se encuentran en el medio cercano y que se ofertan a los jugadores (vasos, platos, tacos de madera, objetos metálicos, papel, llaves, bolsas de plástico, tarros de cristal, botellas de plástico...). En la primera fase, los miembros del grupo se colocan en posición circular y cada jugador recibe un objeto sonoro, debiendo investigar los sonidos que puede crear con él. Cada jugador muestra al grupo los sonidos que ha descubierto y que puede producir el objeto que le ha sido asignado. En una segunda fase, en gran grupo, escuchan una base rítmica, y cada jugador debe realizar ese ritmo con su instrumento, tratando de coordinarse todos como si fueran una orquesta. Al principio resulta difícil la coordinación, pero progresivamente van adecuándose rítmicamente y coordinándose con el resto de los miembros del grupo.

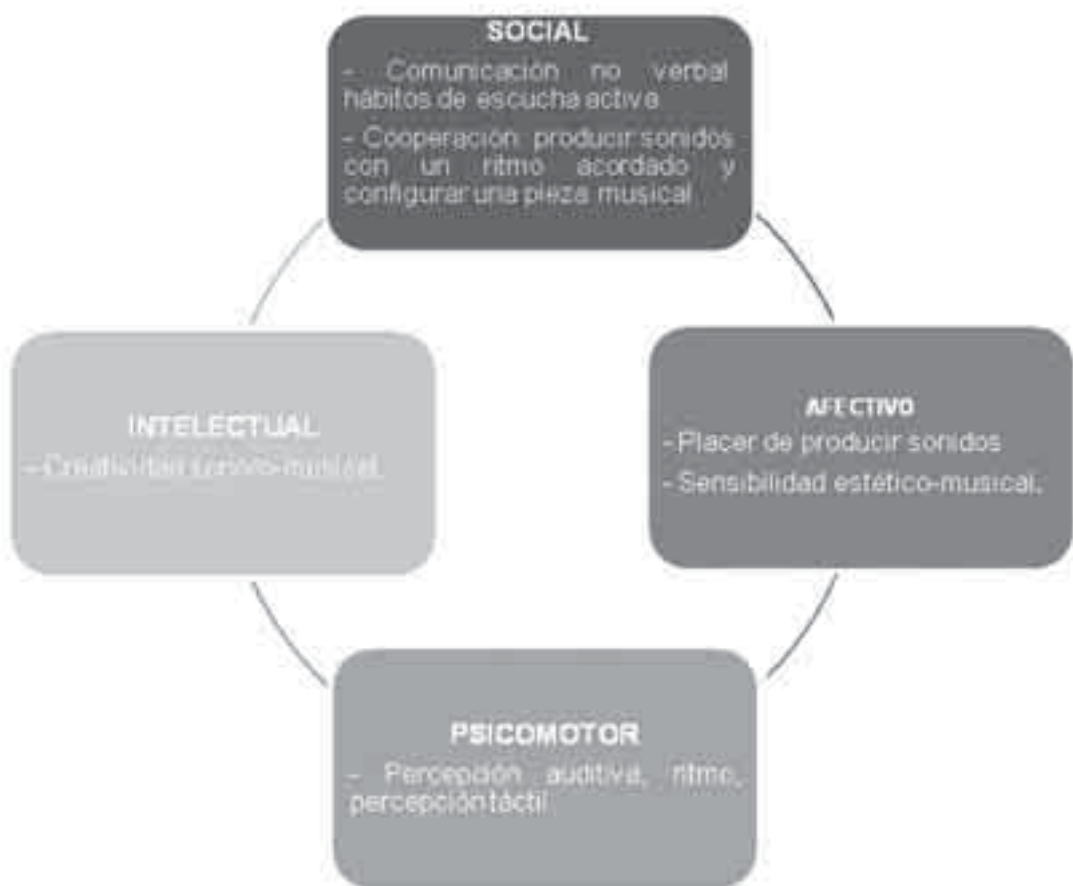
Panel de discusión:

¿Ha resultado divertido investigar los sonidos que se podían obtener con los objetos? ¿Qué nos han parecido los ritmos que hemos escuchado? ¿Qué sonidos han sorprendido más?

12.- RITMO CON OBJETIVOS SONOROS

(Cont. 12)

Desenvolvimiento



13.- ESCULTURAS CREATIVAS CON DESECHOS

Objetivos:

Comunicación. Cooperación. Creatividad plástico-constructiva.

Materiales:

Una caja de cartón por jugador (cada caja de distinto tamaño). Por equipo: tacos de madera de distintos tamaños, hueveras, botes de cristal, papel higiénico, papel aluminio-plata, papel lustre, papel brillante, pegamento, papel continuo de envolver, tijeras, cuerdas de distinto grosor, pinturas, brillantina, arcilla, plastilina, cinta adhesiva de variados colores... Cajón de material para construir objetos. Cámara

Tiempo:

60-75 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se divide al grupo en equipos de cuatro a cinco miembros y cada equipo recibe una gran cantidad de material de desecho con bajo nivel de estructuración. El juego consiste en realizar de forma cooperativa una escultura utilizando el material recibido. Para ello, en primer lugar, cada equipo deberá decidir qué escultura requiere hacer, debiendo elegir una idea con el consenso de todos sus miembros. Tanto la temática como el método a seguir para realizar la escultura es libre, pidiendo únicamente a los equipos que actúen de forma cooperativa, que tengan en cuenta la opinión de todos los jugadores y que sean esculturas originales. Al final se realiza una pequeña exposición con las obras diseñadas por cada equipo que comentan qué han hecho y cómo lo han hecho.

Nota: Solicitar a cada jugador que traiga una caja de cartón, un bote de cristal y otros materiales de desecho que tenga en casa.

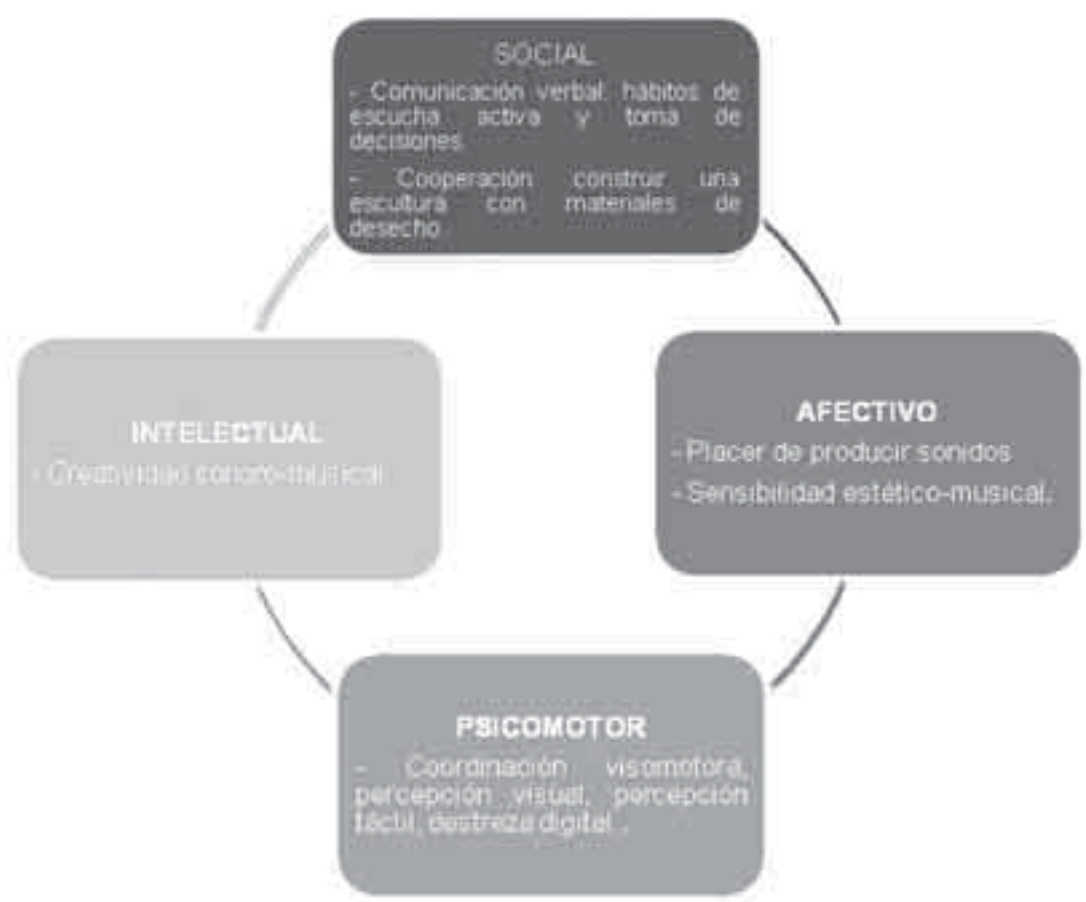
13.- ESCULTURAS CREATIVAS CON DESECHOS

(Cont.13)

Panel de discusión:

¿Nos hemos divertido haciendo esculturas con materiales tan diferentes? ¿Se han tenido en cuenta las opiniones de todos los miembros del equipo? ¿Es fácil hacer esculturas originales con tanto material diferente? ¿Todos hemos colaborado para realizar la escultura? ¿Qué esculturas nos gustan más? ¿Cuáles nos parecen más originales?

Desenvolvimiento



14.- ¿QUÉ SOMOS?

Objetivos:

Cooperación. Comunicación. Creatividad verbal.

Tiempo:

30 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se forman tres equipos, y cada uno de ellos representará un animal, objeto o elemento de la naturaleza. Por turnos, cada equipo sale fuera del aula, el resto del grupo decide rápidamente qué van a ser o representar los jugadores del equipo que están fuera. Posteriormente, el equipo que estaba fuera entra en el aula, se sitúa frente al resto, y sus miembros deben formular preguntas a los demás, que podrán ser respondidas por éstos únicamente con <<si>> o <<no>>, a fin de adivinar qué son, qué representan. Cuando aciertan el rol que los compañeros del grupo les han asignado, representan ese rol brevemente, después de ponerse de acuerdo sobre la forma de hacerlo.

Panel de discusión:

¿Ha sido difícil acertar qué rol nos habían asignado nuestros compañeros de grupo? ¿Ha sido divertido el juego? ¿Han sido originales las elecciones que han hecho los compañeros del grupo sobre lo que iba a representar el equipo que estaba fuera del aula? ¿Cómo ha resultado ponerse de acuerdo sobre la forma de representar el rol que nos habían asignado, después de haberlo adivinado?

14.- ¿QUÉ SOMOS?

(Cont.14)

Desenvolvimiento



15.- SI YO FUERA... ¿TÚ QUÉ SERÍAS?

Objetivos:

Comunicación. Cooperación. Expresión emocional. Creatividad dramática.

Tiempo:

45 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Es un juego de gran grupo que se va desarrollando de forma espontánea, aunque todos los miembros del grupo deben participar al menos en una ocasión. Un miembro del grupo sale al centro y, por ejemplo, dice: <<Si yo fuera una mesa>>, y representa se una mesa colocándose a <<cuatro patas>>. Otro de los compañeros sale al centro, se apoya, por ejemplo, sobre la espalda del compañero y dice: <<Yo sería un florero>>. El tercero se incorpora a la composición. Por ejemplo, diciendo: <<Yo sería la señora de la limpieza>>, y completa la composición haciendo la limpia. De este modo se van incorporando los miembros del grupo a la escena, por turnos se incluyen en la misma y dicen: <<Yo sería...>> representando su rol durante unos segundos. Mientras van organizando la escena, los jugadores que están en el centro deben permanecer en silencio, estáticos y atentos a los compañeros que se van incorporando a la escena y a los roles que éstos representan. Cuando el adulto observa que durante un tiempo no se incorpora ningún miembro del grupo a la escena, deja que visualice la escena dramatizada durante unos segundos y si los personajes tienen movimiento y sonido pueden ejecutarlo durante estos segundos. Después el adulto interrumpe la escena solicitando a los miembros que están en el centro su vuelta al círculo y se inicia una nueva ronda.

15.- SI YO FUERA... ¿TÚ QUÉ SERÍAS?

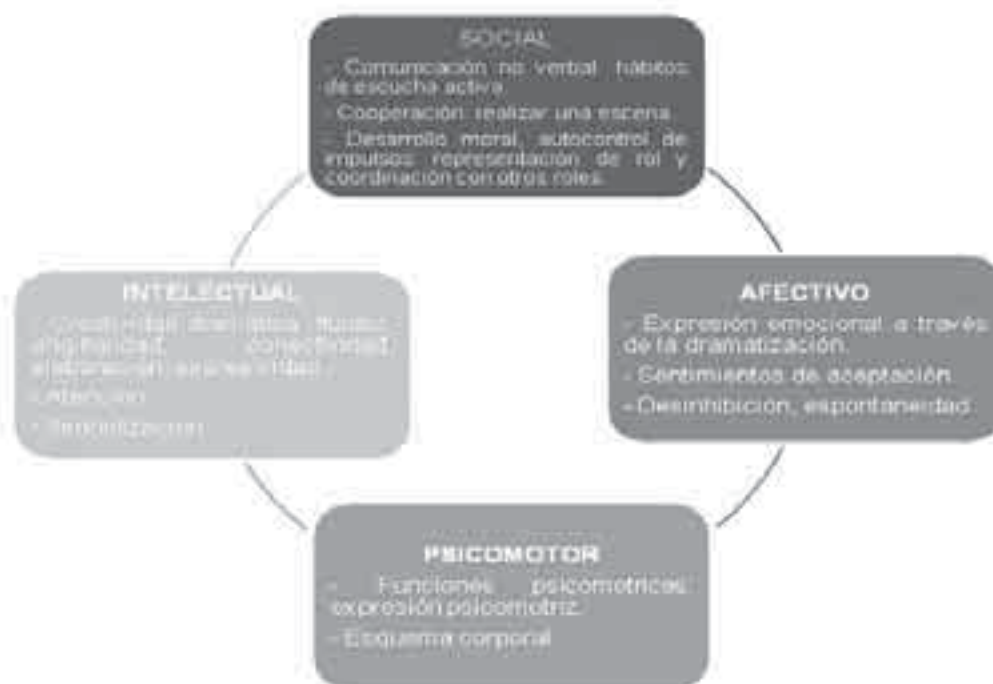
(Cont.15)

En la segunda ronda, por ejemplo, un jugador sale al centro y dice: <<Si yo fuera un árbol>> y se coloca como si fuera un árbol, el segundo dice: <<Yo sería un pájaro que está sobre la copa del árbol>>, y se sube sobre una rama del árbol, el tercero dice: <<Yo sería un niño que mira al árbol y al pájaro...>>, y así sucesivamente hasta que se agote la escena. Se sugiere mostrar un breve ejemplo como medio de explicación de las instrucciones del juego. Después de varias rondas se detiene el juego.

Panel de discusión:

¿Nos ha resultado divertido el juego? ¿Qué representaciones nos han parecido más originales? ¿Hemos sido sensibles esperando que todos los compañeros hubieran representado al menos un papel o rol antes de salir a representar el segundo papel? ¿Todos hemos participado en la construcción de las escenas?

Desenvolvimiento



16.- SOPA DE LETRAS

Objetivos:

Cooperación. Comunicación. Creatividad verbal.

Material:

Hojas de rotafolio, rotafolio.

Tiempo:

45 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se divide el grupo en equipos de cinco jugadores cada uno de los cuales debe, en primer lugar, confeccionar una sopa de letras. Primero eligen por consenso una categoría, por ejemplo, instrumentos musicales, y a continuación enumeran diez elementos de esa categoría, por ejemplo: guitarra, arpa... Cada miembro del equipo debe aportar dos elementos de la categoría seleccionada y escribirlos en la sopa de letras. Cuando tienen los diez elementos configuran la sopa de letras, ocultando entre otras letras estos elementos, que pueden escribirse horizontal, vertical o diagonalmente. Cuando los equipos han configurado la sopa de letras, los juegos se rotan entre los equipos en el sentido de las agujas del reloj. Cada equipo recibe una sopa de letras elaborada por otro equipo y deberán identificar los diez elementos de la categoría indicada a la mayor velocidad posible. El adulto cronometra el tiempo a partir del momento en que los equipos reciben su sopa de letras y cuando un equipo termina le solicita información sobre el tiempo empleado para la realización del juego. Al final se reúnen en gran grupo, cada equipo informa de la categoría, de los elementos que han identificado ocultos en la sopa de letras y del tiempo que necesitaron.

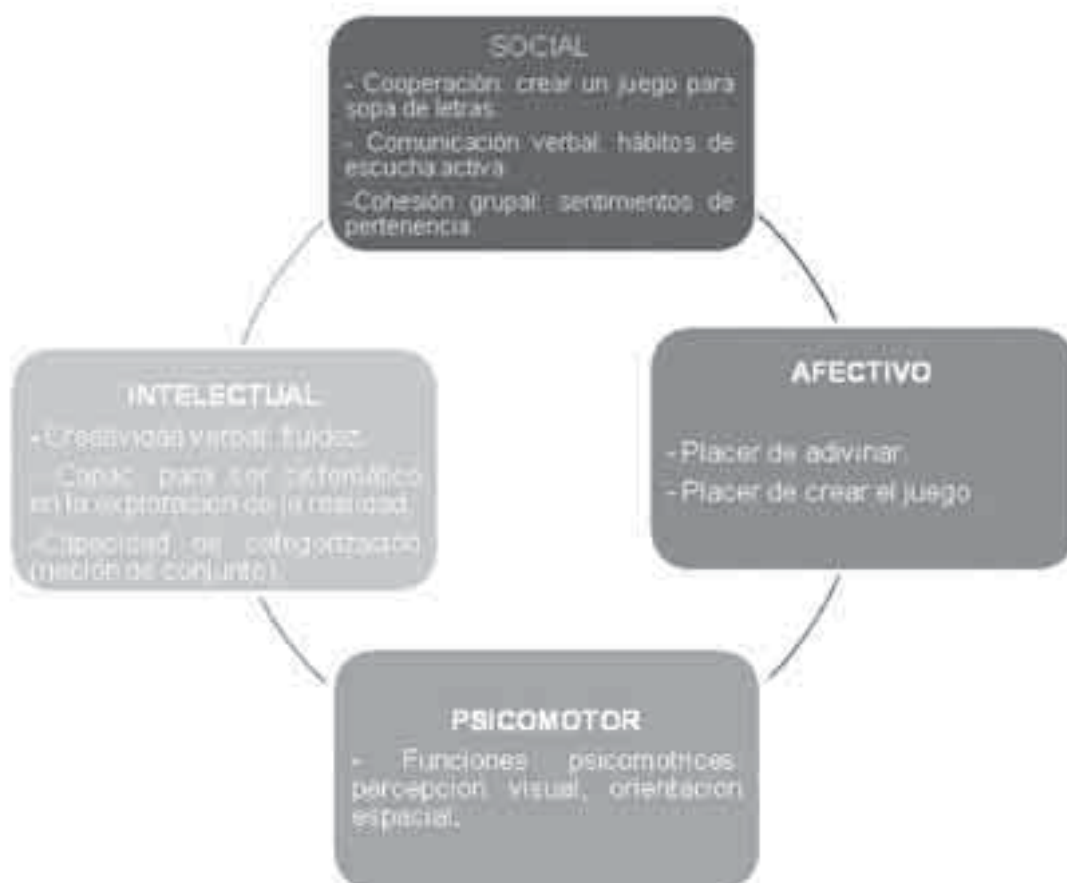
16.- SOPA DE LETRAS

(Cont. 16)

Panel de discusión:

¿Ha sido divertido crear el juego? ¿Hemos creado el juego con la contribución de todos los miembros del equipo? ¿Qué elementos han identificado y cuánto tiempo han necesitado para resolver el juego? ¿Ha sido difícil encontrar los elementos ocultos? ¿Cómo nos hemos organizado para identificar los elementos escondidos? ¿Han sido originales las categorías seleccionadas y los elementos identificados en las mismas?

Desenvolvimiento



17.- ANIMALES DE CUERPOS HUMANOS

Objetivos:

Cooperación. Comunicación. Creatividad dramática.

Material:

Cajón de material para construir objetos. Cámara fotográfica

Tiempo:

45 minutos

Edad

10-12 años

Desarrollo:

Se divide el grupo en equipos de cinco jugadores. El objetivo del juego consiste en configurar con los cuerpos de los jugadores del equipo, un animal que pueda moverse dinámicamente o desplazarse por el espacio de forma coordinada. Cada equipo debe decidir qué animal va a representar y cómo se colocarán especialmente haciendo ensayos de movimiento o desplazamiento con las posiciones acordadas, es decir, decidir un animal y representarlo con los cuerpos de los miembros del equipo. Cuando todos los equipos tienen la idea desarrollada, hacen una demostración a sus compañeros de grupo que debe durar al menos un par de minutos. Para ayudarles en la comprensión de las instrucciones se puede representar en gran grupo a modo de ejemplo algunos animales (ciempiés, tortuga) que faciliten la clarificación de la tarea a realizar.

• **El ciempiés:** En grupos de ocho jugadores se colocan en fila, unos detrás de otros. El primero se pone <<a cuatro patas>>, los demás se arrodillan y colocan las manos a la altura de las caderas del compañero anterior al que cada uno se agarra. En esta posición colectiva el conjunto avanza hacia la meta fijada, teniendo en cuenta que el ciempiés no puede desmontarse durante la carrera, bajo pena de tener que ir a recomponerse correctamente al punto de salida.

17.- ANIMALES DE CUERPOS HUMANOS

(Cont.17)

• **Tortuga:** Cuatro jugadores de rodillas, en parejas de dos en dos, unos tras otros, y delante de ellos otro jugador que representará la cabeza de la tortuga. Con una sábana se cubren todos los cuerpos excepto la cabeza de la tortuga.

Panel de discusión:

¿Ha resultado difícil ponerse de acuerdo sobre el animal a representar? ¿Se han tenido en cuenta las ideas de todos los miembros del equipo? ¿Cómo se ha tomado la decisión por acuerdo o por mayoría? ¿Qué animales nos han sorprendido más, nos han parecido más originales, y por qué?

Desenvolvimiento



18.- FUTBOL A CIEGAS

Objetivos:

Cooperación. Solidaridad.

Material:

Balones de futbol, paliacates para vendar los ojos y una portería.

Tiempo:

45 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se divide el grupo en parejas, uno de lado de otro, situados frente a la portería; uno de ellos tiene el balón delante a él con los ojos vendados; el compañero lo guiará para que meta gol, guiándolo y orientándolo para que se acerque a la portería conduciendo el balón. Cuando se logra el objetivo se hace cambio de papeles.

Nota: *Se puede variar botando y lanzando un balón de basquetbol.*

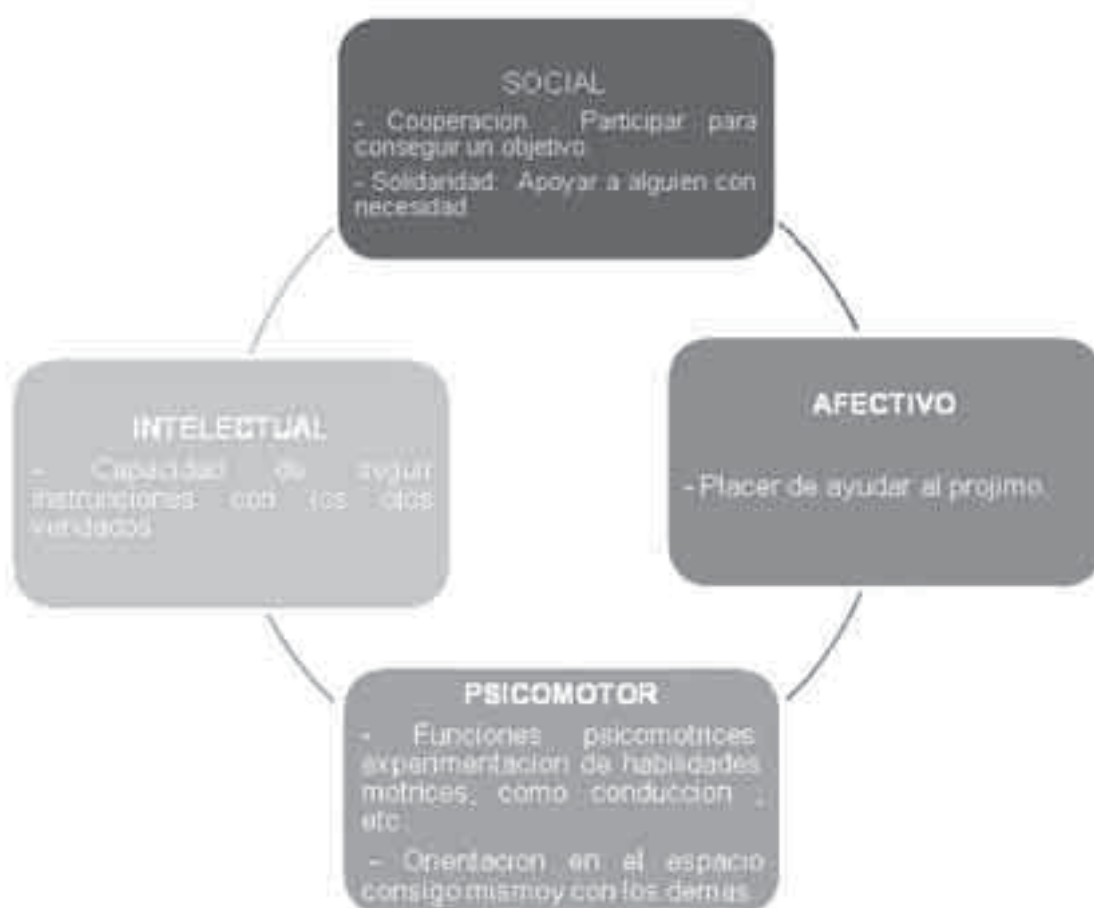
Panel de discusión:

¿Cómo se sintieron al no poder utilizar la vista para realizar esta actividad? ¿Fue difícil guiar a una persona que no ve? ¿Cómo se sintieron ayudando a su compañero?

18.- FUTBOL A CIEGAS

(Cont.18)

Desenvolvimiento



19.- FUTBOL-TENIS COOPERATIVO

Objetivos:

Cooperación. Solidaridad. Iniciación deportiva.

Material:

Balones de futbol, una cancha de voleibol.

Tiempo:

45 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se divide el grupo en dos partes, uno de cada lado de la red. Se pone el balón en juego pasándolo sobre la red tras golpearlo con el pie, el balón debe dar el primer bote dentro del lado propio. Los jugadores del otro lado tratan de regresar el balón antes de que del tercer bote, utilizando los toques que consideren necesarios, sin que sean dados por la misma persona de manera consecutiva. Quien impulsa el balón del otro lado de la red, pasa con la otra mitad del grupo, por debajo de la red. Se intenta mantener el balón en juego el mayor tiempo posible.

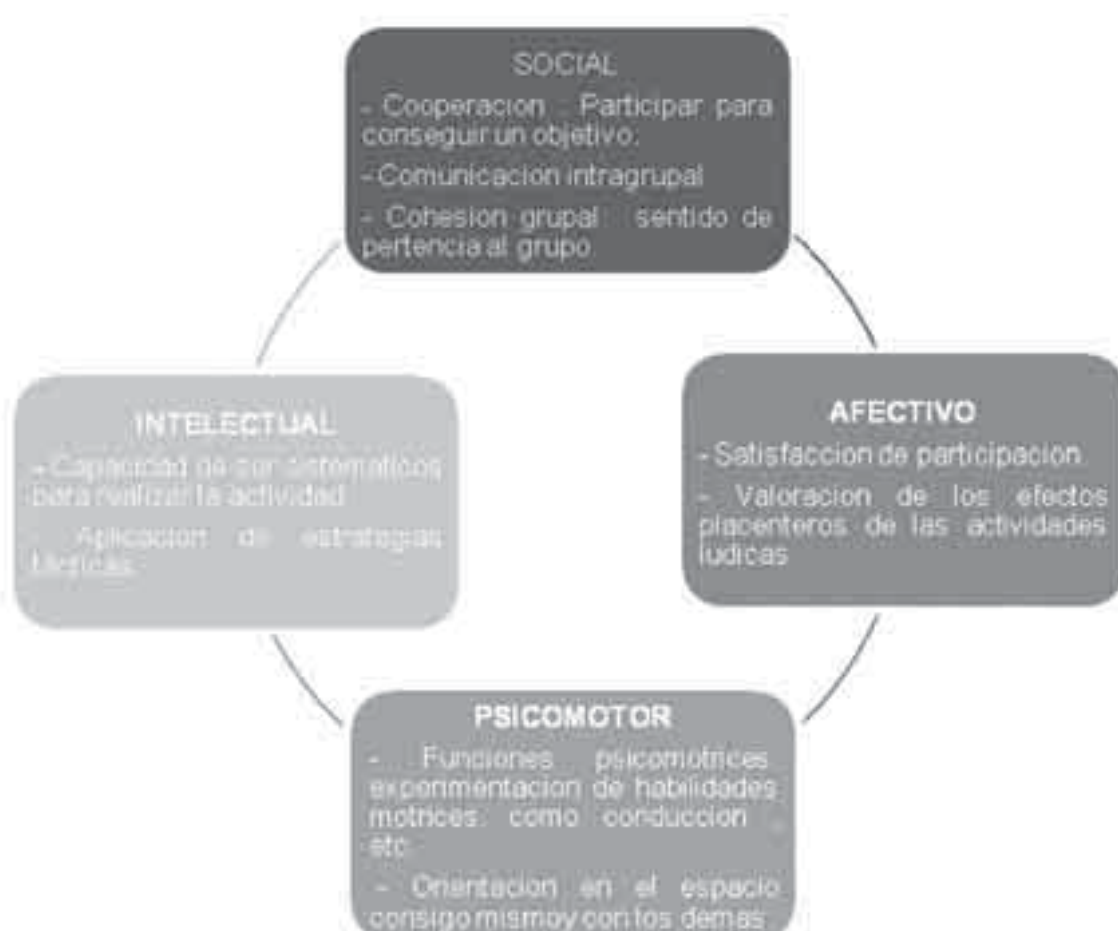
Panel de discusión:

¿Cómo se sintieron participando para que el balón se mantuviera el mayor tiempo posible en juego? ¿Fue difícil realizar la actividad? ¿De qué otra manera podemos mantener el balón en juego?

19.- FUTBOL-TENIS COOPERATIVO

(Cont.19)

Desenvolvimiento



20.- EL FUT-GOLF

Objetivos:

Cooperación. Iniciación deportiva.

Material:

Balones de futbol, aros, bote sin fondo grande, caja medianas de cartón y portería.

Tiempo:

50 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se distribuye el material por toda la cancha, formando un circuito con varios hoyos: caja, aros colgados, bote sin fondo grande y portería. El grupo se divide en parejas, con un balón cada una. Desde el punto de partida del circuito se intenta completar con el menor número posible de toques del balón. Los lanzamientos se alternan dentro de la pareja desde el punto donde quedo el balón tras el tiro anterior. El lanzamiento puede ser interceptado o recibido por el compañero. Se suma el número de golpes con el del resto de parejas, y se trata de ir progresando. Se inicia por parejas, después cuartetos, etc.

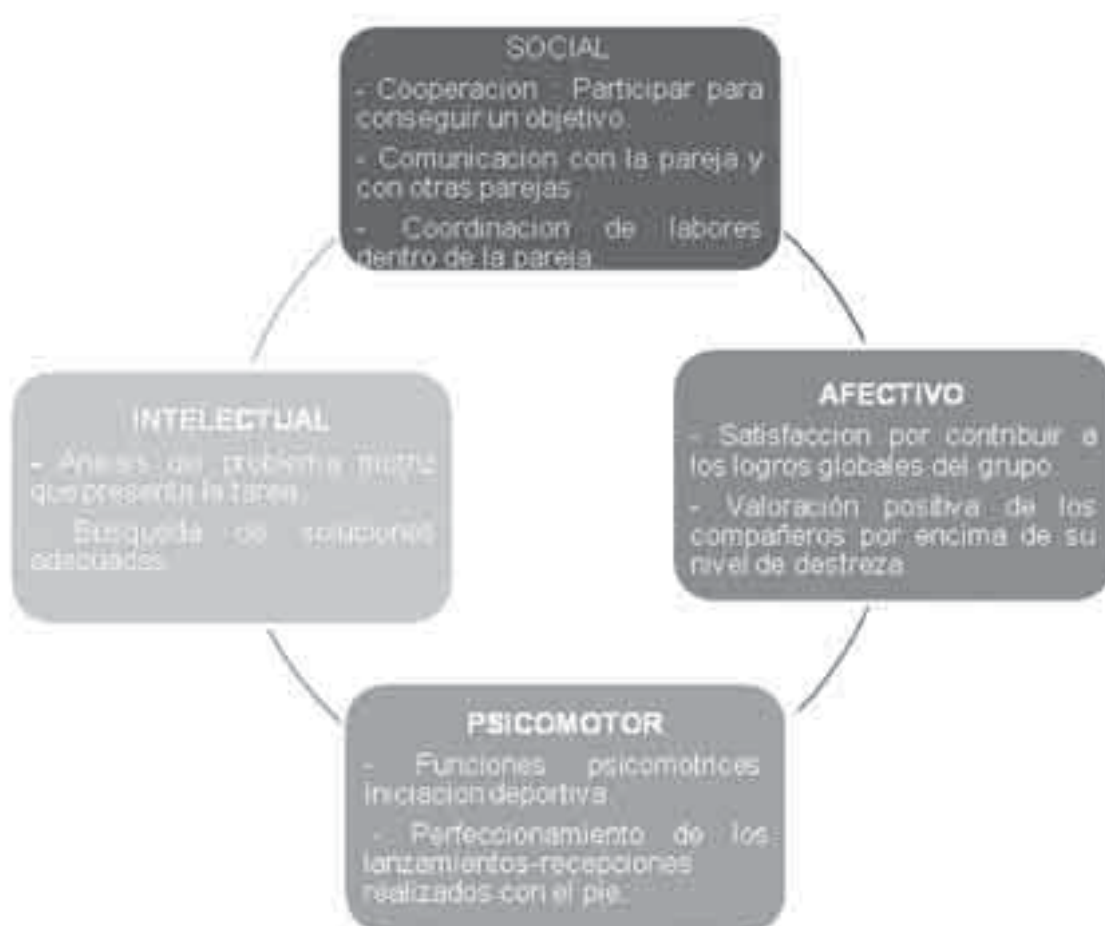
Panel de discusión:

¿Cuál tiro resulto más difícil realizar? ¿De qué otra forma podemos realizar el circuito? ¿Lo intentamos todo el grupo?

20.- EL FUT-GOLF

(Cont. 20)

Desenvolvimiento



21.- LOS DIEZ TIROS LIBRES EN COOPERACIÓN

Objetivos:

Cooperación. Solidaridad. Iniciación deportiva.

Material:

Canasta y balones de basquetbol

Tiempo:

45 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se divide el grupo en dos filas, colocadas sobre la línea de tiro libre, frente a la canasta, la persona que encabeza la fila con un balón. A la señal de inicio, los jugadores que portan el balón lanzan tiro, recogen al rebote, entregan al siguiente compañero y se sitúan al final de una de las dos filas (se puede cambiar si desea). Se trata de llegar a un número prefijado de canastas en el menor tiempo posible sumando las conseguidas por los miembros de ambas filas.

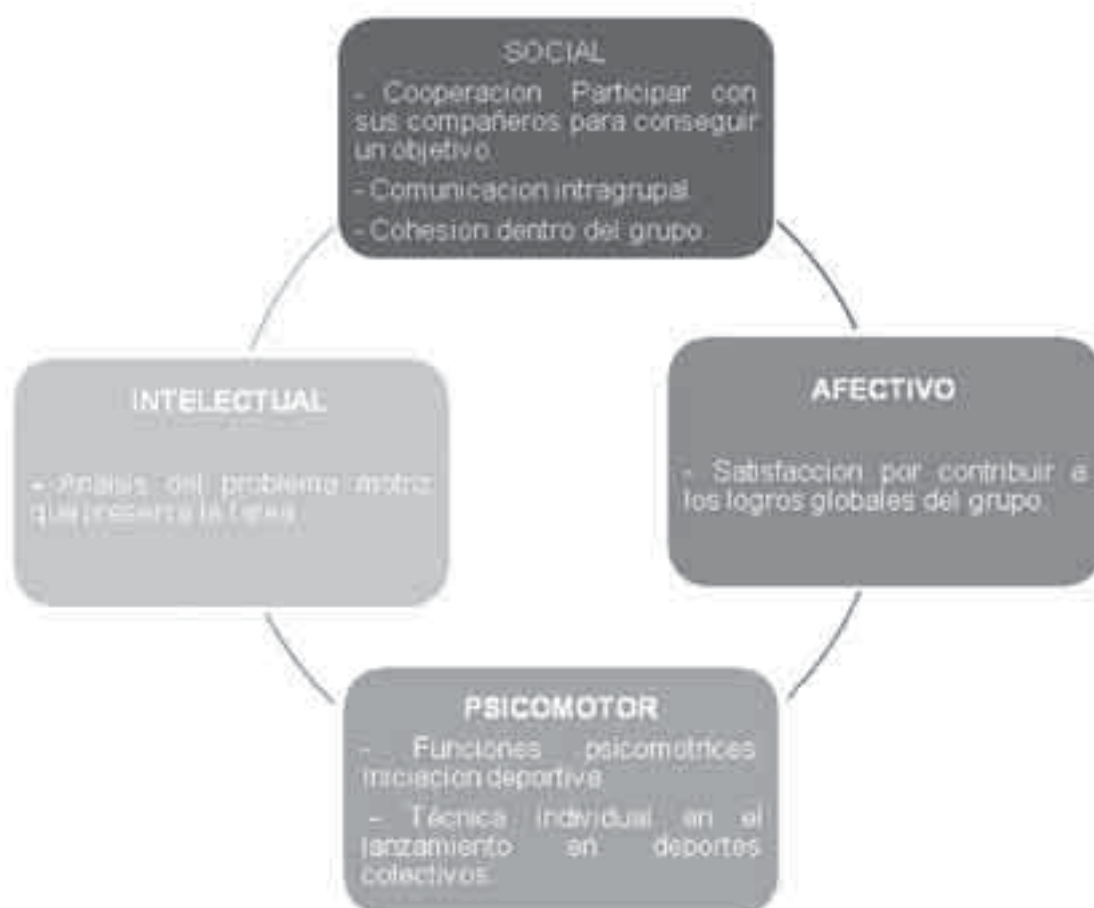
v

¿Resultado difícil realizar la actividad? ¿Realizaron todo su mayor esfuerzo para lograr el objetivo? ¿De qué otra manera podemos hacerlo?

21.- LOS DIEZ TIROS LIBRES EN COOPERACIÓN

(Cont. 21)

Desenvolvimiento



22.- TREINTA Y UNO COOPERATIVO

Objetivos:

Cooperación. Iniciación deportiva.

Material:

Canasta y balones de basquetbol

Tiempo:

45 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Un jugador con el balón se sitúa en la zona de tiros libres, los demás se colocan detrás de él. El primer jugador lanza tiros libres y suma puntos de uno en uno para el grupo. Cuando falla, el segundo recoge el rebote y lanza; si anota, suma dos puntos para el grupo y lanza tiros libres; si falla en el lanzamiento o en los tiros libres, el rebote es recogido por el tercero. El proceso es repetido por todos los jugadores/as. Se intenta llegar a 31 puntos en el menor tiempo posible sumando los aportados por todos los miembros del grupo. Si pasan de 31 puntos lanzan hasta 41.

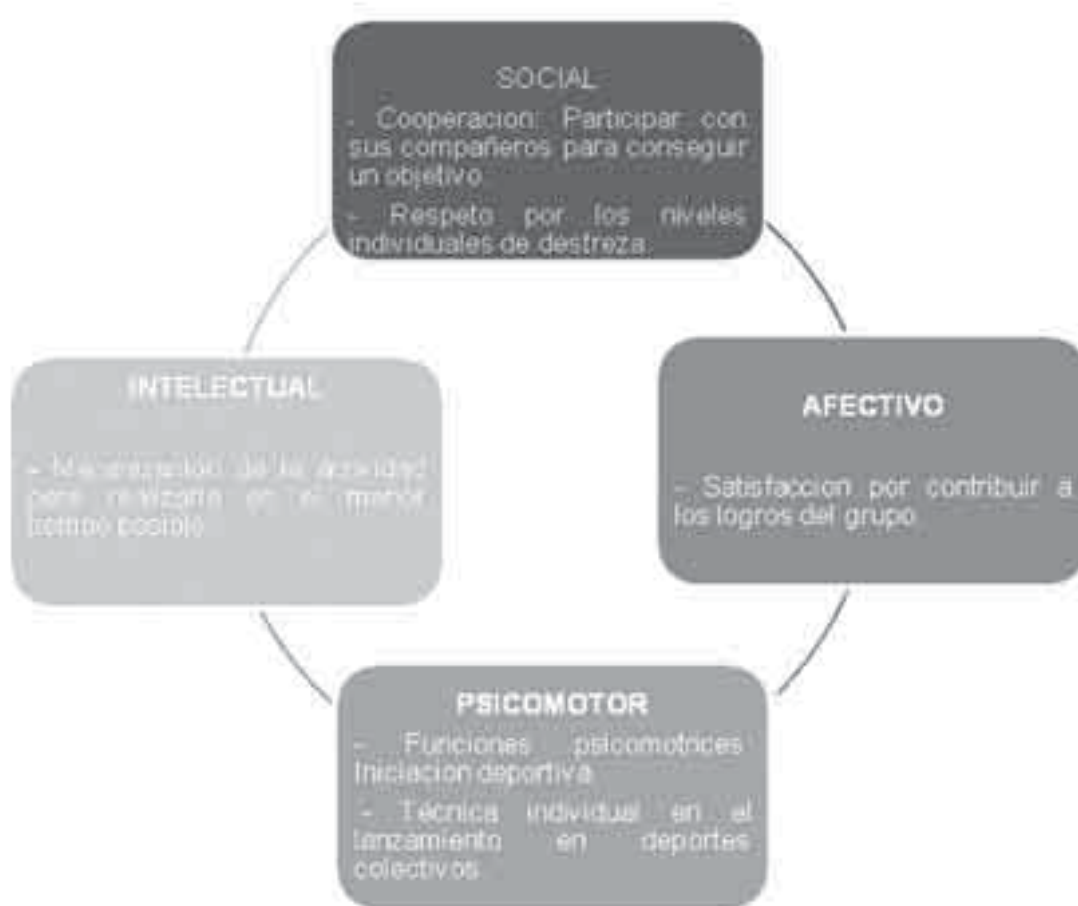
Panel de discusión:

¿Resultado difícil realizar la actividad? ¿Realizaron todo su mayor esfuerzo para lograr el objetivo? ¿Se sintieron motivados para lograr un determinado número de puntos?

22.- TREINTA Y UNO COOPERATIVO

(Cont. 22)

Desenvolvimiento



24.- SUMANDO SAQUES

Objetivos:

Cooperación. Iniciación deportiva.

Material:

Balones de voleibol.

Tiempo:

50 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Se divide el grupo en parejas. Un jugador se sitúa con el balón en el punto de partida. El otro se coloca alejado de él en la dirección del punto de llegada. El portador del balón realiza un saque y el compañero recoge el balón antes de que caiga al suelo. Este ejercicio lo realizan desplazándose de un lado a otro de la cancha. Desde allí efectuará un nuevo lanzamiento que será recogido por el sacador anterior. Se alternan los saques y las recepciones hasta llegar a la meta, intentando hacerlo con el menor número de saques posible. Si en algún momento el balón cae al suelo, se vuelve a empezar. Se intenta ajustar saques y recepciones de modo que el número necesario para completar el recorrido sea, progresivamente menor.

Nota: Para evitar situaciones de competición entre las parejas se suma el número global de saques.

Panel de discusión:

¿Resultado difícil realizar la actividad? ¿Realizaron todo su mayor esfuerzo para lograr el objetivo? ¿Se sintieron motivados para lograr un determinado número de goles?

24.- SUMANDO SAQUES

(Cont. 24)

Desenvolvimiento



25.- CAMBIAR DE CAMPO

Objetivos:

Cooperación. Iniciación deportiva.

Material:

Balones de voleibol. Cancha de voleibol.

Tiempo:

50 minutos

Edad:

10-12 años

Desarrollo:

Los jugadores se distribuyen a ambos lados de la red de voleibol. Tras el saque se realiza la secuencia: recepción-toque de colocación-remate orientada hacia un defensor con voleo, con la intención de mantener el balón en juego durante el mayor tiempo posible. Mientras se desarrolla el juego, los jugadores van cambiando de campo hasta conseguir que todos estén en el campo contrario al que ocupaban al poner el balón en juego. Cuando esto se consigue, se anota un punto para todo el grupo.

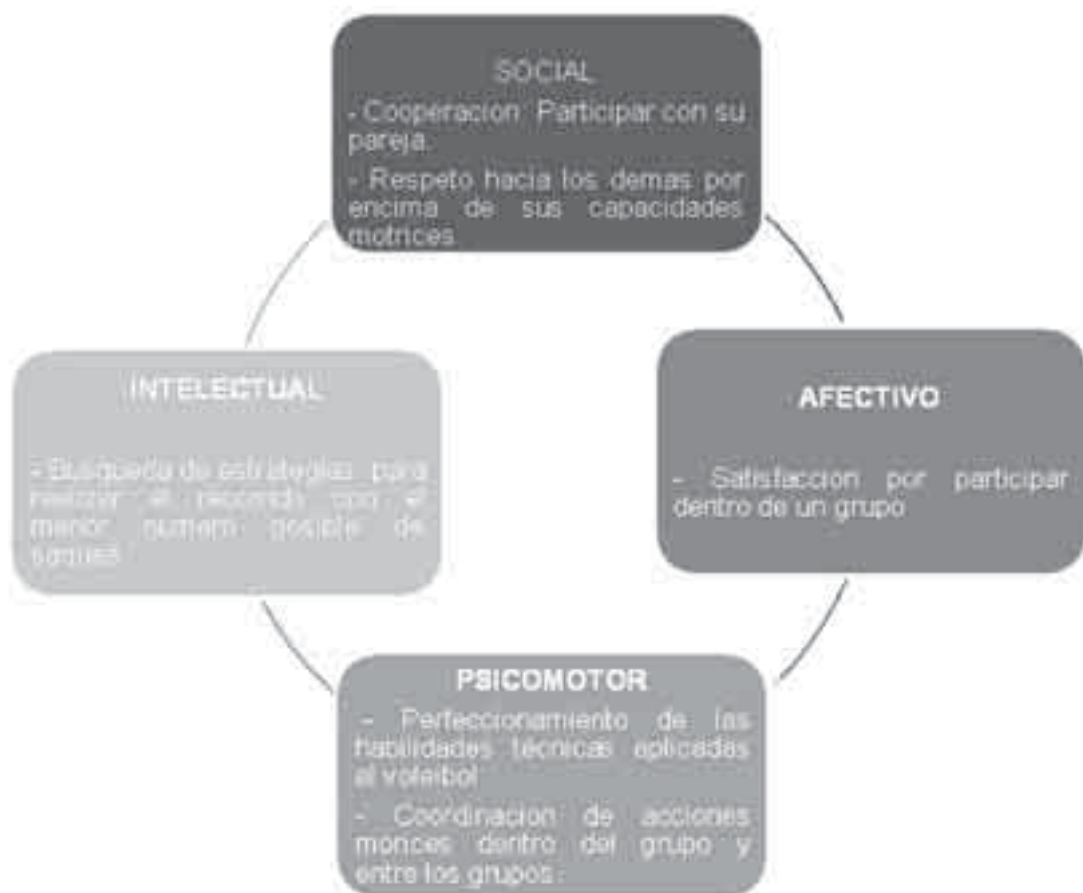
Panel de discusión:

¿Resultado difícil realizar la actividad? ¿Se divirtieron participando con todo el grupo?

25.- CAMBIAR DE CAMPO

(Cont. 25)

Desenvolvimiento



Cruz G. María (1997). [Http: //www.hets.org/leobj/apcoop/tutorial.pps](http://www.hets.org/leobj/apcoop/tutorial.pps), Fecha de recuperación febrero de 2006.

Dirección de Educación Física (2004), Secretaría de Educación y Cultura Informe de actividades ciclo escolar 2003-2004, México.

Garaigordobil M. (2003), Juegos cooperativos y creativos para grupos de 8 a 10 años. Pirámide. Madrid.

Garaigordobil M. (2003), Juegos cooperativos y creativos para grupos de 10 a 12 años. Pirámide. Madrid.

Dirección de Educación Física (2007), Secretaría de Educación y Cultura Estadística ciclo escolar 2006-2007, México.

Ferreiro R., Calderón M. (2001), El ABC del aprendizaje cooperativo: trabajo en enseñar y aprender. México: Trillas.

Garaigordóbil, M. (1993), Juego Cooperativo y socialización en el Aula Madrid, Seco Olea.

Garaigordóbil, M. (1993), Juego Cooperativo y socialización en el Aula Madrid, Seco Olea.

García Ponce, s.f Co79 Estrategias de integración. http://perso.wanadoo.es/angel.saez/co79_estrategias_integracion. Fecha de recuperación marzo 2006.

Giraldo, J. (2005). Juegos Cooperativos. España: Océano.

Johnson, D.W., Johnson, R.T., & E. Johnson. (1995). Los nuevos círculos de aprendizaje: cooperación el salón de clases y en la escuela. ASCD: Alexandria, VA.

Johnson, D.W., Johnson, R.T., & K. Smith. (1991). Cooperative Learning: increasing college faculty instructional productivity. ASHE-ERIC Higher Education Report No. 4. Washington, D.C.: The George Washington University, School of Education and Human Development

Méndez, L. Piri, C. Hernández, L. (2004), Los Juegos Cooperativos: sus grandes potencialidades en la formación integral de los niños. Secretaría de Educación y Cultura. México.

Namo de Mello, G. (1990), Social, Democracia e Educacao para disussão. Sao Paulo, Cortéz, Autores, Asoc. Cultura, México.

Omeñaca, R; Ruiz, J.V. (1999), Juegos Cooperativos y Educación Física. España: Paidotribo.

Omeñaca, R; Puyuelo, E; Ruiz, J. (2001), Explorar, Jugar, Cooperar. España: Paidotribo.

Orlick, Terry. (1990). Libres para cooperar, libres para crear. 3ª ed. Barcelona: Paidotribo.

Orlick, Terry. (1997) Juegos y Deportes Cooperativos. 2ª. ed. Madrid. Popular.

Pérez T. Emilio. (1997), Juegos Cooperativos. México: Impresiones Latinas.

Rué, Joé. (1998). Cooperar en la escuela. La responsabilidad de educar para la democracia. El Aula un espacio para la cooperación. Barcelona: Grao.

Schmelkes, Sylvia. (1995). Hacia una mejor calidad de nuestras escuelas. Secretaría de Educación Pública. México.

Secretaría de Educación Pública (2002). Licenciatura en Educación Física. Planes y Programas 2002. México.

Secretaría de Educación Básica y Normal, Coordinación General de Actualización y Capacitación para Maestros en servicio, 2001, aspectos básicos a considerar para la elaboración de Cursos Estatales de Actualización, México.

Velázquez, C. Carlos (2004), Las actividades físicas cooperativas. Secretaría de Educación Pública, México.

Velázquez, C. Carlos (2006), Educación Física para la Paz: De la teoría a la práctica diaria. Miño y Dávila Editores, Argentina.

Vigotsky, S. Lev, (1978), El desarrollo de las funciones psicológicas superiores. Barcelona: Grijalbo

Zavala, G. www.members.fortunecity.com/dinamico/. México. Fecha de recuperación septiembre 2005.



***EL APRENDIZAJE COOPERATIVO
COMO METODOLOGÍA DE TRABAJO
EN EDUCACIÓN FÍSICA***

**IMPRESO EN LOS TALLERES GRÁFICOS
DE LA SECCIÓN 54 DEL S.N.T.E.**

“Profr. Francisco Félix Bernal”

correo electrónico: seccion54@hotmail.com

Obregón 64 Col. Centro

Hermosillo, Sonora, Mex.

Se terminó de imprimir el 25 de Enero 2008

PRIMER EDICIÓN DE 500 EJEMPLARES

MÁS SOBRANTES DE REPOSICIÓN

LA METODOLOGÍA COOPERATIVA ES UN RECURSO INNOVADOR EN EDUCACIÓN FÍSICA, LA CUAL PERMITE PROMOVER VALORES Y ACTITUDES POSITIVAS EN LOS ALUMNOS ASÍ COMO ABORDAR LAS SITUACIONES CONFLICTIVAS QUE SE PRESENTAN EN EL QUEHACER COTIDIANO. CON LAS ACTIVIDADES Y LOS DESAFÍOS FÍSICOS COOPERATIVOS ASÍ COMO CON LOS JUEGOS COOPERATIVOS Y LAS ESTRUCTURAS DE APRENDIZAJE COOPERATIVO LOS DOCENTES TENDREMOS LA OPORTUNIDAD DE ESTAR A LA VANGUARDIA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA QUE SE PROMUEVA EN MÉXICO.

